

Mrkový salát s ořechy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Vlašské ořechy 100 g
- Mrkev 4 ks
- Smetana ke šlehání 1 ks
- Jablko 2 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Cukr 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Mrkev a jablka očistíme. Mrkev nastrouháme najemno, jablka nahrubo. Ořechy nasekáme.

Vše smícháme a ochutíme cukrem a citronovou šťávou. Smetanu vyšleháme v hustou šlehačku a opatrně ji vmícháme do salátu.

Mrkový salát s ořechy podáváme studený.