

Dietní salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Sterilované okurky 10 g
- Jogurt 250 ml
- Mrkev 10 g
- Šunka 30 g
- Sterilovaný hrášek 10 g
- Celer 40 g
- Sladkokyselé zelí 40 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Mrkev a celer uvaříme a necháme vychladnout. Po vychladnutí nakrájíme na nudličky.

Zatím si šunku nakrájíme na nudličky. Malou plechovku hrášku scedíme. Okurky nakrájíme na nudličky, zelí scedíme a důkladně vymačkáme. Případně je podle potřeby nakrájíme na menší kousky.

Nudličky mrkve, celeru a zbylých připravených surovin smícháme. Přidáme jogurt, lépe majonézu, lehce ochutíme solí a pepřem.