

Salát pro jarní půst

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Slunečnicový olej 2 lžíce
- Mrkev 200 g
- Soja mungo 20 g
- Černá ředkev 200 g
- Citrón 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Mrkev a černou ředkev očistíme a najemno nastrouháme, přidáme špetku soli, 2 polévkové lžíce slunečnicového oleje a citronovou šťávu.

Do šťavnatého mírně nakyslého salátu přimícháme soju mungo, kterou jsme nechali předem 3 dny klíčit.