

Jarní salát z červené řepy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Červená řepa 1 kg
- Česnek 2 lžička
- Citrón 1 ks
- Majonéza 1 ks
- Křen 10 g

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Opláchnutou červenou řepu uvaříme v papinovém hrnci, stačí 5 minut od bodu varu. Mezitím křen nastrouháme najemno a česnek prolisujeme. Do sojanézy vmícháme podle chuti nastrouhaný křen a česnek.

Vychladlou červenou řepu oloupáme a nastrouháme na struhadle střední velikosti. Nastrouhanou řepu důkladně promícháme se sojanézou s křenem a česnekem. Do promíchaného salátu přimícháme šťávu z 1/2 citronu. Salát není potřeba solit, lépe vynikne jeho specifická chuť.

Jarní salát z červené řepy podáváme jako chutnou svačinu nebo večeři. Chuťově i esteticky dokonalé je obložení salátu opranými lístky rukoly. Salát z červené řepy můžeme podávat s celozrnným pečivem.