

Těstovinový salát bez vaření těstovin

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Dušená šunka 200 g
- Sterilovaná kukuřice 1 ks
- Čínské nudle 1 ks
- Žlutá paprika 1 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Bílý jogurt 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Rajče 2 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Čínské nudle nalámeme na menší kousky. Okurku, rajčata a papriku nakrájíme na menší kousky.

Zeleninu přidáme k nudlím, přidáme kukuřici, nakrájenou šunku, bílý jogurt, zamícháme osolíme a opepříme.

Hotový studený těstovinový salát je lehký a zdravý.