

Brokolicový salát s cuketou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Brokolice 1 ks
- Cuketa 2 ks
- Pórek 1 ks
- Slunečnicová semínka 1 hrst

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Brokolici nakrájíme na růžičky, cuketu na kostičky, pórek necháme v celku. Každý druh zeleniny dáme do samostatného hrnce, zalijeme vroucí vodou, osolíme a vaříme „na skus“. Když je zelenina uvařená, scedíme ji a pórek nakrájíme na malé kousky. Vše hned zatepla smícháme v salátové míse, zakapeme olivovým olejem, osolíme posypeme slunečnicovými semínky.