

Čočkový salát s rybičkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Čočka 100 g
- Zavínáče 1 sklenice
- Nakládané okurky 2 ks
- Tatarská omáčka 1 sklenice
- Sůl 1 ks
- Pepř mletý 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Dáme vařit čočku, zchladíme pod studenou vodou, necháme okapat. Nakrájíme si zavínáče včetně naložené cibule, přidáme krájené kyselé okurky a zamícháme tatarku, nebo jogurt. Sůl, pepř dle chuti.

Nejvíce mi to chutnalo s jogurtem řeckého typu. Základ je čočka a ryby, ale dá se obměnit s kukuřicí, mrkví... co dům dal.