

Hubnoucí brambory - salát nebo příloha

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- Vařené brambory 600 g
- Sůl 1 ks
- Olivový olej 2.5 lžíce
- Česnek 3 stroužek
- Petrželka 1 svazek

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Brambory uvaříme ve slupce, slijeme, necháme trochu zchladnout, oloupeme je a pokrájíme na kostičky, které osolíme a pokapeme olivovým olejem. Česnek prolisujeme na brambory a přidáme jemně posekanou petrželku. Vše promícháme a podáváme buď jako přílohu nebo jako vlažný bramborový salát.

Salát nedělám, když potřebujeme zhubnout, pod tímto názvem jsem ho dostal od kamarádky, která má diety jako sportovní disciplínu :-)) a nám prostě jen chutná.