

Naklíčené mungo fazole s kukuřicí II.

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Kapie 1 ks
- Citron 1 ks
- Olivový olej 6 lžíce
- Sojová omáčka 2 lžíce
- Mungo - klíčky 2 šálek
- Jarní cibulka 1 svazek
- Křenová hořčice 1 lžička

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Naklíčenou mungo fazoli smícháme s rozmraženou kukuřicí, nadrobno nakrájenou kapií, a na plátky nakrájenou mladou jarní cibulkou. Zalejeme zálivkou, kterou jsme si připravili rozmícháním šťávy z jednoho citronu, olivového oleje, sojové omáčky a z křenové hořčice.