

Okurkový salát-sladkokyselý

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Okurka salátová 1 ks
- Sůl 1 ks
- Ocet 1 ks
- Cukr krupice 1 ks
- Voda 3 dl

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Okurku oloupeme nebo řádně omyjeme a necháme se slupkou. Nastrouháme ji na hrubém nebo plátkovém struhadle do misky, trošku posolíme a necháme cca 3 minuty pustit vodu. Nenecháváme posolenou stát dlouho, jinak nám „povadne“, a nebude chroupat.

Mezitím si připravíme sladkokyselý nálev: ve studené vodě (cca-3dl) si rozmícháme cukr (cca-2 lžíce) a dle chuti okyselíme. Nálev pak nalijeme k okurkám a promícháme. Můžeme opepřit. Podáváme vychlazené například k hotovým jídlům.

Množství nálevu záleží na každém z nás, někdo má raději řidší někdo více hustý salát.