

Salát z červené řepy III.

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Červená řepa 2 ks
- Cibule 2 ks
- Jablka 2 ks
- Ocet 1 ks
- Cukr 1 ks
- Sůl 1 špetka
- Olej 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Předvařené řepy nastrouháme na hrubo, cibule nakrájíme na jemno, oloupaná jablka na kostičky. Uděláme zálivku z oleje, octa, soli a cukru a vše důkladně zamícháme. Červená řepa je dobrá na trávení, tlak a sklerózu, nepodceňujte ji.