

Salát z čínské zeli, rajčete a celeru

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Čínské zelí 0.5 ks
- Celer 0.5 ks
- Rajče 1 ks
- Citron 2 plátek
- Sezamový olej 2 lžíce
- Sojová omáčka Shoyu 2 lžička
- Semínka slunečnicová a dýňová 1 hrst

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Čínské zelí nakrájíme na nudličky, přidáme jemně strouhaný celer a rajče nakrájené na osminky. Promícháme, zalijeme sojovou omáčkou a olejem (sezamový nebo dýňový jsou vynikající), promícháme.

Z plátku citronu oloupeme kůru, do salátu vyřízneme dužinu, promícháme. Posypeme směsí slunečnicových a dýňových semínek.

Kousky citronu salát náramně osvěží - co je kyselé je veselé :-)