

Zelný salát s ptačincem žabincem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Zakysené zelé 4 lžíce
- Ptačince žabince 1 lžíce
- Olivový olej 1 lžíce

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

V předjaří, jakmile sejde sníh, můžeme vyrazit za potravou. Obrnění trpělivostí se rozhlédneme po zahrádce, abychom spatřili urputný jemný plevel zvaný ptačinec žabinec. Natrháme zeleň do sítka, doma propereme a jemně nakrájíme. Smícháme se zelím a olejem. Právě jaro dává této léčivce nejvíc síly, tak neotálejte.