

Lahůdkový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: adminrecepty



Suroviny

Porce: 5

- Mrkev menší 1 ks
- Pekingské zelí - listy 5 ks
- Ředkvičky 5 ks
- Rajče 1 ks
- Okurka salátová 0.5 ks
- Kedlubna 0.5 ks
- Paprika červená 0.5 ks
- Cibule bílá 1 ks
- Cibule červená 1 ks
- Olivový olej 1 lžíce
- Štáva z 1/5 citronu 1 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Vegetariáni

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Zařazení: Večeře

Země: Česká republika

Počet porcí: 5

Postup:

Očištěnou mrkev nastrouháme na hrubém struhadle a ostatní zeleninu nakrájíme na malé kostičky.

Ze zelných listů nakrájíme i tužší středy. Přidáme olej, citronovou šťávu, osolíme a vše dobře promícháme. Také můžeme použít octovou nebo jogurtovou zálivku.