

Minutový salát z čínského zelí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

- Čínské zelí 0.5 ks
- Celer 0.5 ks
- Červená cibule 1 ks
- Fenykl 0.5 ks
- Sojová omáčka 2 lžička
- Sezamový olej 2 lžíce

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Zařazení: Oběd

Země: Čína

Postup:

Čínské zelí a fenykl nastrouháme na hrubo, celer a cibuli na jemno, zalijeme sójovou omáčkou a olejem, promícháme, pokud je čas necháme 5 minut chutě spojit. Sezamový olej dodává správný šmak, můžeme ho nahradit dýňovým nebo olivovým, případně panenským slunečnicovým.