

Salát plný vitamínů

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor: lab 24857

Suroviny

Ingredience::

500 g kysaného zelí

2 jablka

1 cibule

1 mrkev

1 vařený brambor

1 zelená paprika

2 lžíce křenu

0,5 lžičky drceného kmínu, sůl

2 lžíce olivového oleje

citronová šťáva

Postup

Příprava:

Kysané zelí propláchneme v cedníku, necháme okapat a pak ho na prkénku překrájíme na menší kousky. Jablka okrájíme a nakrájíme na kostky, které hned pokapeme citronovou šťávou. Cibuli nakrájíme nadrobno, mrkev nastrouháme, vařený brambor oloupeme a nakrájíme na kostičky. Z papriky odstraníme semeník a nakrájíme ji na nudličky. Vše smícháme a přidáme nastrouhaný křen. Směs ochutíme kmínem, cukrem a solí, zakapeme olejem a citronovou šťávou a znovu důkladně promícháme. Salát podáváme obložený dílky rajčat.