

Jablkový salát s čínským zelím

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

0,5 citronu

4 plátky ananasu z konzervy

2 kyselejší jablka

1 středně velká hlávka čínského zelí

50 g vlašských ořechů

1 lžička citrónové šťávy

1 lžíce octa

sůl

pepř.

1 lžíce sojové omáčky, 1 lžička hnědého (nebo moučkového) cukru, 0,5 lžičky mletého zázvoru

3 lžíce olivového oleje

Postup

Zelí omyjeme a pokrájíme na tenké nudličky. Neoloupaná jablka zbavíme jádřinců. pokrájíme na plátky a zakapeme citrónovou šťávou, aby nezhnědla. Okapané plátky ananasu pokrájíme na kostičky, ořechy nasekáme a vše přidáme k čínskému salátu. Olej smícháme s ostatními uvedenými přísadami, nalijeme na salát, promícháme a necháme 30 minut vychladit. Podáváme s pečivem nebo s krekry.