

# Salát z rybího filé

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

## Suroviny

200 g bílého filé

citrónová šťáva

150 g zeleniny (karotka

brukev

květák

zmrazený hrášek)

2 lžíce oleje

sůl

30 g majonézy

30 g bílého jogurtu

2 lžíce přírodního bílého vína

petrželka

2 kolečka citrónu

## Postup

Filé po částečném rozmrazení překrájíme, pokapeme citrónovou šťávou, přikryjeme a nacháme v chladu půl hodiny odležet. Zeleninu nadrobno nakrájíme, vložíme ji do horkého oleje, poklademe ji kousky filé, osolíme, přikryjeme a dusíme doměkka. Je-li třeba, zastříkneme horkou vodou, šťávu vydusíme a necháme vychladnout. Majonézu, jogurt a víno promícháme. Zeleninu s filé promícháme, rozdělíme do misek, přelijeme omáčkou a ozdobíme petrželkou a řezy z citrónu.