

Zeleninový talíř

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

150 g bílého zelí

100 g mangoldových řapíků

4 listy čínského zelí

2 mrkve

1 jablko

1 lžice pražených slunečnicových semínek

citronová šťáva

majonéza

Postup

Zelí nakrájíme na tenké nudličky a promneme. Omyté mangoldové řapíky nakrájíme na kousky.

Mrkev nastroháme nahrubo. Omyté neloupané jablko rozčtvrtíme, odstraníme jádřinec a nakrájíme ho na tenké plátky.

Čisté listy čínského zelí upravíme na talíř, na ně vkusně navrstvíme připravenou zeleninu, pokapeme ji citronovou šťávou a pokapeme majonézou.