

# Bramborový hořčičný salát



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 20min , Porce: 8

**1249** kalorií , **0 g** cukrů , **20 g** tuků , **30 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/bramborovy-horcicny-salat>

## Příprava

Brambory oloupeme, nakrájíme na větší kusy a uvaříme v osolené vodě doměkka.

Smícháme olivový olej, hořčici, citronovou šťávu, sůl a pepř. Brambory necháme pět minut stydnout, poté je smícháme s nasekaným jarními cibulkami. Vmícháme dressing a necháme vychladit.



### Tip k receptu

Brambory použijeme pokud možno nové a malé. Pak je nemusíme loupat, jen je přepůlíme. Jedna porce obsahuje: 719 KJ, 3 g bílkovin, 30 g sacharidů, 5 g tuku, 2 g vlákniny.



## Ingredience

- ✓ 1,5 kg brambor
- ✓ 7 g soli
- ✓ 7 g pepře
- ✓ 3 ks jarní cibulky
- ✓ 1 ks citronu
- ✓ 3 lžičce olivového oleje
- ✓ 1 lžičce hořčice z celých semen

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Příloha