Černomořský salát

Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: **4**

314 kalorií , **9 g** cukrů , **13 g** tuků , **19 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: https://srecepty.cz/cernomorsky-salat

Příprava

Uvarený zeler pokrájaný na tenke obdĺžniky, udusené šampiňóny, kápiu, cibuľu pokrájanú na tenke plátky, nakrájaný syr, šťavu z citróna, mleté čierne korenie, horčicu, kapary, olivy, kyslu smotanu spojíme a necháme dlhšie odstať. Možno ozdobiť hlávkovým šalátom a cviklou.

Tip k receptu

Tento šalát by si mal každý dochutiť sám, olivovým olejom alebo wočestrom.

Ingredience

- 200 g uvařeného celeru
- 200 g papriky (kapie)
- 100 g žampionů udušených na oleji
- 1 cibule
- 100 g tvrdého sýru
- citronová šťáva
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 20 g kapary
- 100 g oliv
- 150 ml zakysané smetany
- troška mletého pepře
- 4 listy hlávkového salátu
- bylinkový ocet podle chuti
- sůl podle potřeby

Kategorie

Obyčejný den, Bulharská, Léto, Něco extra, Labužník, Salát