

Cuketové zelí se salátem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: **3**

95 kalorií , **6 g** cukrů , **0 g** tuků , **6 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketove-zeli-se-salatem>

Příprava

Salát nakrájíme na drobno a mladou neoloupanou cuketu nastrouháme na hrubém struhadle. Dáme do hrnce, osolíme a zalijeme 2 lžícemi vody. Dusíme asi 10 minut, potom zahustíme lžičkou světlé instantní jíšky. Podle potřeby dosolíme, ochutíme 2 lžičkami cukru a lžičkou octa. Nakonec vmícháme osmaženou cibuli do růžova.

Tip k receptu

Podáváme s knedlíkem a pečeným masem.

Ingredience

- 30 dkg mladé cukety
- 1 středně velká cibule
- 2 lžičky cukru krystal
- 1/2 hlávky ledového salátu
- 1 lžička soli
- 2 lžíce vody
- 1 lžička instantní světlé jíšky
- 1 lžička octa

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Jídlo
na každý den, Rodina, Příloha

