

Fazolový salát s ořechy



Obtížnost: 

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 8min
Celkový čas: 48min , Porce: 6

355 kalorií , 0 g cukrů , 27 g tuků , 0 g bílkovin

Autor:

Odkaz: <https://srecepty.cz/fazolovy-salat-s-orechy>

Příprava

Slijeme bílé a červené fazole, propláchneme je a necháme okapat. Cibuli oloupeme a nakrájíme. Na dresink smícháme ocet se solí, pepřem, cukrem a olejem. Fazole necháme ve směsi marinovat 30 min. Nakrájíme zelené fazolky, vaříme 8 minut, zchladíme a necháme okapat. Připravíme salát, natrháme ho na kousky, přidáme ořechy nasekané nahrubo a vše promícháme.

Ingredience

- ✓ 1 plechovka bílých a 1 plechovka červených fazolí
- ✓ 1 cibule
- ✓ 3 lžičky bílého vinného octa
- ✓ 4 lžičky olivového oleje
- ✓ 250 g zelených fazolových lusků
- ✓ 1 ledový salát
- ✓ 8 půlek vlašských ořechů
- ✓ špetka cukru
- ✓ sůl
- ✓ pepř

Kategorie

Česká, Vegetariánská, Luštěniny, Jídlo na každý den, Rodina, Salát