

# Hanácký salát



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 20min , Porce: 4

164 kalorií , 1 g cukrů , 7 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/hanacky-salat>

## Příprava

Zelí nakrouháme a spaříme horkou vodou. Dáme do misky a ochutíme octem. Okurky a šalotky nakrájíme na jemno a vmícháme do zelí. Křen nastrouháme a spolu s olejem a zakysanou smetanou vmícháme k zelí. Osolíme a opepříme dle chuti, dochutíme cukrem, popřípadě octem.



### Tip k receptu

Podáváme jako přílohový salát k jídlům - zejména mastným.

## Ingredience

- ✓ 1/2 červeného zelí
- ✓ 3 lžíce octu
- ✓ 3 ks šalotky
- ✓ 200 g sterilované okurky
- ✓ 20 g křenu
- ✓ 1 lžíce olivového oleje
- ✓ 150 g zakysané smetany
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1/2 lžičky pepře
- ✓ 1 lžička cukru moučky

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Vegetarián, Salát

