

Jahodový salát



Obtížnost:

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

378 kalorií , 10 g cukrů , 30 g tuků , 7 g bílkovin

Autor: linkinkatka

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

Příprava

Zmrzlé jahody překrájíme a promícháme s cukrem. Pomeranč oloupeme a ostrým nožem z něj nakrájíme tenké výseče (filé). Pracujeme nad miskou s jahodami, abychom zachytili šťávu. Jablko opláchneme, očistíme a nakrájíme na kostičky, přidáme k jahodám i s oloupaným a na kolečka nakrájeným banánem, promícháme a dochutíme citrónovou šťávou. Salát necháme krátce vychladit. Podáváme jej se smetanou nebo šlehačkou jako sváteční dezert nebo jako slavnostní přílohu k pečené drůbeži.

Ingredience

- ✓ 200 g zmrazených jahody
- ✓ 1 lžíce cukru krupice
- ✓ 1 pomeranč
- ✓ 1 jablko
- ✓ 1 banán
- ✓ citrónová šťáva
- ✓ zakysaná smetana nebo šlehačka

Kategorie

Svatý Valentýn, Výjimečný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Ovoce, Něco extra, Děti do 5 let, Salát