

# Jarní vitaminová bomba



Obtížnost:

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

235 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/jarni-vitaminova-bomba>

## Příprava

Očistenú umytú jarnú zeleninu, huby a cibulku aj s vňaťou pokrájame na hrubšie rezance, osolíme, pridáme citrónovú šťavu, cukor, postrúhany syr a zalejeme rozšľahanou kyslou smotanou. Zmes dobre, ale zľahka premiešame a necháme v chlade odležať.



### Tip k receptu

Veľmi chutne a zdravé.

## Ingrediencie

- ✓ 1 svazek karotky
- ✓ 1 svazek cibule
- ✓ 1 hlávkový salát
- ✓ 4 žampiony
- ✓ 2 mladé kaleráby
- ✓ 10 lusků mladého hrášku
- ✓ 200 ml zakysané smetany
- ✓ 100 g uzeného sýru oštiepok
- ✓ citrónová šťáva
- ✓ špetka soli
- ✓ lžička cukru

## Kategorie

Obyčejný den, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Rychlovka, Štíhlá slečna, Salát