

# Květákový salát



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 10min , Porce: 4

812 kalorií , 2 g cukrů , 82 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Beruska64

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

## Příprava

Na hrubém struhadle nastrouháme květák a okurky. Přidáme jemně nakrájený kopr, nálev z okurek a tatarskou omáčku. Osolíme a vše promícháme.



### Tip k receptu

Místo tatarské omáčky můžeme použít bílý jogurt a opepřit.

## Ingredience

- ✓ 1 květák
- ✓ 5 sterilovaných okurek
- ✓ 1 svazek kopru
- ✓ 1 dcl nálevu z okurek
- ✓ 2 dcl tatarské omáčky
- ✓ špetku soli

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Diabetická, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Rychlovka, Vegetarián, Salát