

# Lehký tuňákový salát



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 10min , Porce: 1

**1459** kalorií , **0 g** cukrů , **3 g** tuků , **42 g** bílkovin

**Autor:** uschi3

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/lehky-tunakovy-salat>

## Příprava

Salát na talíři obložíme tuňákem, nakrájenými bramborami, na kolečka nakrájenou cibulí a rozdrobenou fetou. Pokapeme olejem z tuňáka a můžeme jíst s celozrnným pečivem nebo i bez něj.

## Ingredience

- ✓ 1 konzerva tuňáka v olivovém oleji
- ✓ hrst míchaného listového salátu
- ✓ 2 uvařené salátové brambory
- ✓ trochu sýra feta
- ✓ 1 malá červená cibule

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Rychlovka, Rodina, Salát

