

Mrkvový salát s mandarinkou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: 6

157 kalorií , **10 g** cukrů , **0 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/mrkvovy-salat-s-mandarinkou>

Příprava

Mrkev omyjeme, oškrábeme a z horní části odkrojíme vše nazelenalé. Nastrouháme ji najemno a promícháme s cukrem. Necháme jí 10 minut odstát, aby pustila šťávu. Mezitím si připravíme ovoce. Mandarinky a ananas rozdělíme na menší kousky. Do mrkve vmícháme citrónovou šťávu, přidáme mandarinky a ananas. Nálev z mandarinek přidáme také. Salát můžeme připravovat i s jedním druhem ovoce. Ananasový nálev raději nedáváme, změní původní chuť. Podáváme mírně vychlazený.



Ingredience

- 350 g strouhané mrkve
- asi 50 g cukru krupice
- 1 konzerva mandarinkového kompotu
- 1-2 lžíce citrónové šťávy
- 1/2 konzervy ananasového kompotu

Kategorie

Česká, Celoročně, Rychlovka, Salát