

Norský salát



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 6

734 kalorií , **2 g** cukrů , **70 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: Jozef

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

Příprava

Očistený karfiol, rozdělený na menší ružičky, uvaríme v slanej vode. Fazuľku pokrájame a tiež uvaríme. Scedíme, spojíme s karfiolom a pokrýjaným sledom, zalejeme majonézou rozmiešanou s jogurtom, vinným octom, cukrom a korením. Necháme odstáť.

Posypeme posekanou zelenou petržlenovou alebo zelerovou vňaťou.



Tip k receptu

Vhodná příloha k tomuto šalátu sú opekané hrianky.

Ingredience

- ✓ 1 hlávka květáku
- ✓ 500 g zelených fazolek
- ✓ 4 menší kyselý sledě
- ✓ 6 lžic majonézy
- ✓ 100 ml bílého jogurtu
- ✓ 1 lžice vinného octa
- ✓ troška mletého pepře
- ✓ 1 lžice cukru krystal
- ✓ 1 lžice petrželky
- ✓ sůl podle potřeby

Kategorie

Obyčejný den, Norská, Redukční, Celoročně,
Finančně nenáročný, Jídlo na každý den,
Rodina, Salát