

Rybí salát s křenem



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 1

481 kalorií , 1 g cukrů , 28 g tuků , 45 g bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/rybi-salat-s-krenem>

Příprava

Vodu s octem, solí, kuličkami pepře a bobkovým listem přivedeme k varu. Když se začne vařit, vložíme filé a uvaříme ho doměkka. Vařené filé vyndáme na talíř a necháme vychladnout, studené ho rozkrájíme na malé kousky do misky. Přisypeme okapaný hrášek, okurky nastrouhané najemno a nastrouhaný křen. Do salátu přidáme majonézu a jogurt, promícháme a dochutíme citronovou šťávou, popřípadě podle chuti dosolíme.

Ingredience

- ✓ 250 g rybího filé
- ✓ 200 ml vody
- ✓ 3 lžíce octa
- ✓ sůl
- ✓ 5 kuliček pepře
- ✓ 1 bobkový list
- ✓ 1 malá konzerva hrášku
- ✓ 3 větší sterilované okurky
- ✓ 2 lžičky strouhaného křenu
- ✓ 2 lžíce majonézy
- ✓ 100 g bílého jogurtu
- ✓ citronová šťáva

Kategorie

Výjimečný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Ryby a dary moře, Rychlovka, Rodina, Salát

