Rychlý fazolový salát

Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: **4**

702 kalorií , **12 g** cukrů , **61 g** tuků , **29 g** bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: https://srecepty.cz/rychly-fazolovy-salat

Příprava

Fazole uvaříme do měkka. Na pánvi orestujeme cibulku s anglickou slaninou, poté přidáme uvařené fazole. Přidáme hořčici, kečup, sojovou omáčku a nakonec vše dochutíme solí a pepřem. Můžeme podávat teplé i studné s pečivem.

Ingredience

- 1 konzerva fazolí
- 1 cibule
- 15 dkg anglické slaniny
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 4 lžíce kečupu
- 1 lžíce sojové omáčky
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Finančně nenáročné, Luštěniny, Rychlovka, Salát