Salát z čínského zelí

Obtížnost:

Čas přípravy: 50min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 50min , Porce: **4**

709 kalorií , **0 g** cukrů , **34 g** tuků , **39 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: https://srecepty.cz/salat-z-cinskeho-zeli

Příprava

Zelí nakrájíme na větší kousky. Papriku na proužky. Přidáme na hrubém struhadle nastrouhaný Eidam a kukuřici. Dochutíme bazalkou, citrónovou šťávou, cukrem. Osolíme, promícháme a necháme asi 30 minut vychladit v ledničce.

Ingredience

- 500 g čínského zelí
- 150 g Eidamu (Edamu)
- 1 papriku
- 200 g sterilované kukuřice
- 1 lžičku olivového oleje
- špetku bazalky
- 1 lžíci citrónové šťávy
- 1 lžíci cukru krupice
- špetku soli

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Jídlo na každý den, Štíhlá slečna, Salát