

Salát z filé



Obtížnost:     

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

2050 kalorií , **4 g** cukrů , **118 g** tuků , **98 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/salat-z-file>

Příprava

Uvařené, udušené nebo upečené filé rozebereme na lístky, dáme do mísy a promícháme se strouhaným sýrem. Nakonec lehce vmícháme ochucenou majonézu, do které jsme vmíchali lžičku strouhaného křenu. Hotový salát upravíme do misky. Můžeme ozdobit hlávkovým salátem, rajčetem nebo uvařeným vejce.

Ingredience

- ✓ 600 g rybího filé (uvařeného, upečeného či dušeného)
- ✓ 150 g tvrdého sýra
- ✓ 150 g majonézy
- ✓ 2 lžíce smetany
- ✓ troška hořčice
- ✓ sůl dle chuti
- ✓ cukr dle chuti
- ✓ pepř dle chuti
- ✓ troška Worcesterské (Worcesterové) omáčky
- ✓ troška citrónové šťávy
- ✓ 1 lžička strouhaného křenu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Rychlovka, Rodina, Salát