

Sojový salát



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 4

822 kalorií , **3 g** cukrů , **82 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: ik777

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

Příprava

Všetky suroviny zmiešame a podávame s tmavým celozrnným chlebom alebo pečivom.

Ingredience

- ✓ 1 konzervu sterilizované soji
- ✓ 1 menší cibuli
- ✓ 1 sójovou tatarskou omáčku
- ✓ 1 lžičku čtvero koření
- ✓ 1 lžičku kečupu
- ✓ 1 lžičku plnotučné hořčice
- ✓ 1/2 lžíce petrželové natě

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Jídlo na každý den, Rodina, Salát