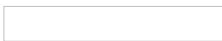


Jahodový salát



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

378 kalorií , **10 g** cukrů , **30 g** tuků , **7 g** bílkovin

Autor: linkinkatka

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

Příprava

Zmrzlé jahody překrájíme a promícháme s cukrem. Pomeranč oloupeme a ostrým nožem z něj nakrájíme tenké výseče (filé).

Pracujeme nad miskou s jahodami, abychom zachytili šťávu. Jablko opláchneme, očistíme a nakrájíme na kostičky, přidáme k jahodám i s oloupaným a na kolečka nakrájeným banánem, promícháme a dochutíme citrónovou šťávou. Salát necháme krátce vychladit. Podáváme jej se smetanou nebo šlehačkou jako sváteční dezert nebo jako slavnostní přílohu k pečené drůbeži.

Ingredience

- 200 g zmrazených jahody
- 1 lžíce cukru krupice
- 1 pomeranč
- 1 jablko
- 1 banán
- citrónová šťáva
- zakysaná smetana nebo šlehačka

Kategorie

Svatý Valentýn, Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Ovoce, Něco extra, Děti do 5 let, Salát