

Marinovaný cuketový salát



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 5min , Porce: 4

246 kalorií , **0 g** cukrů , **27 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/marinovany-cuketovy-salat>

Příprava

Cukety pomocí loupací škrabky nastrouháme na dlouhé plátky. Zastříkneme olivovým olejem a citrónovou šťávou, osolíme a opepříme. Necháme stát 15 minut před podáváním.

Tip k receptu

Energetická náročnost jedné porce je: 490 kJ, 1,8 g bílkovin, 1,8 g sacharidů, 11,4 g tuku, 1,2 g vlákniny.

Ingredience

- 7 g soli
- 2 ks cukety
- 1 citrón
- 4 lžíce olivového oleje
- 7 g pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Diabetická, Pro alergiky, Redukční, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Salát

