

Mrkvový salát s jablky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

238 kalorií , **12 g** cukrů , **0 g** tuků , **4 g** bílkovin

Autor: planeta

Odkaz: <https://srecepty.cz/mrkvovy-salat-s-jablky>

Příprava

Mrkev a jablka omyjeme, oloupeme a nastrouháme do mísy. Přidáme cukr, citrónovou šťávu a promícháme.

Tip k receptu

Můžeme přidat trochu bílého jogurtu nebo zakysané smetany, ale i mletý kokos a ořechy.

Ingredience

- 400 g mrkve
- 3 jablka
- 1 lžice cukru moučka
- 2 lžice citronové šťávy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Vegetariánská, Ovoce, Zelenina, Jídlo na každý den, Klasika, Štíhlá slečna, Salát, Snídaně, Svačinka

