

Ovocný salát s jahodami



Obtížnost: □□□□□

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

106 kalorií , **12 g** cukrů , **2 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/ovocny-salat-s-jahodami>

Příprava

Banán oloupeme a nakrájíme na kolečka. Pomeranč oloupeme, rozdělíme na dílky a překrojíme na polovinu. Omytá jablka se slupkou zbavíme jádřinců a nakrájíme na kostky. Jahody omyjeme a rozkrájíme na 4 díly, velké na 8 dílů. V zakysané smetaně rozmícháme cukr. Ovoce dáme do mísy a promícháme se zakysanou smetanou. Salát před podáváním mírně vychladíme.

Ingredience

- 1 banán
- 1 lžička cukru moučka
- 2 jablka
- 250 g jahod
- 1 pomeranč
- 200 g zakysané smetany

Kategorie

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

