

# Speciální mrkvový salát s pomerančem

Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 5min  
Celkový čas: 25min , Porce: 4

601 kalorií , 14 g cukrů , 37 g tuků , 12 g bílkovin

Autor: Evík

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

## Příprava

Misku vytřeme česnekem. Pak do ní dáme kůru z jednoho pomeranče, šťávu z jednoho pomeranče, sůl a pepř. Potom k té směsi zašleháme olej. Přidáme nastrouhanou mrkev, na kousky nakrájený druhý pomeranč, petrželku a ořechy. Dobře promícháme a podáváme.

## Ingredience

- 1 rozdrcený stroužek česneku
- 2 pomeranče
- 1 lžíce arašídového oleje
- 450 g mrkve nakrájené na jemné nudličky
- 2-3 lžíce petrželky jemně posekané
- 40 g nahrubo posekaných vlašských ořechů
- špetka soli
- špetka pepře

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Něco extra, Rodina, Salát