

Zeleninové závitky v řase Nori



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 15min , Porce: 2

36 kalorií , 2 g cukrů , 0 g tuků , 5 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninove-zavitky-v-rase-nori>

Příprava

Z medu, koriandru, sójové omáčky a nasekaného koriandru si připravíme omáčku k podávání. Avokádo nakrájíme na tenké proužky a zakápneme citrónovou šťávou. Necháme chvíli stát. Mezitím si nakrájíme okurku na tenké nudličky. Na řasu Nori dáme čtvrtinu avokáda, okurky, řeřichu a srolujeme. Podáváme s připravenou omáčkou.

Tip k receptu

Řasa Nori je k dostání v každém větším supermarketu v oddělení se zahraničními potravinami.

Ingredience

- 1/2 ks avokáda
- 1 lžíce citrónové šťávy
- 1/2 ks okurky
- 1/2 lžičky včelího medu
- 1 hrst řeřichy
- 1 lžička plnotučné hořčice
- troška koriandru
- 1 lžíce sójové omáčky
- 4 ks řasy Nori

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Japonská, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Předkrm

