

Lahůdkový salát s chřestem

Obtížnost: □□□□□

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

230 kalorií , **1 g** cukrů , **23 g** tuků , **9 g** bílkovin

Autor: Mall

Odkaz: <https://srecepty.cz/lahudkovy-salat-s-chrestem>

Příprava

Jogurt dáme do salátové mísy, smícháme ho s majonézou, hořčicí, nasekanou pažitkou a ochutíme solí, pepřem, cukrem a křenem. Salám a cibuli oloupeme, jablko a rajče rozkrojíme a zbavíme jader. Všechno včetně chřestu nakrájíme na nudličky a smícháme. Vejce oloupeme, rozkrojíme na šest dílků a salát jimi ozdobíme. Salát můžeme nechat odležet.

Tip k receptu

Salát podáváme lehce vychlazený.

Ingredience

- 150 g bílého jogurtu
- 2 lžíce majonézy
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 1 lžička nastrouhaného křenu
- půl lžičky cukru krupice
- sůl
- pepř
- pažitka
- 250 g měkkého salámu
- 1 cibuli
- 1 jablko
- 2 rajčata
- 250 g vařeného nebo sterilovaného chřestu
- 2 natvrdo uvařená vejce

Kategorie

Velikonoce, Česká, Jaro, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Něco extra, Labužník, Salát