

Mrkvový orientální salát

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 20 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Mrkev očistíme, oškrábeme, nastrouháme a smícháme s ostatními ingrediencemi. Arašídý můžeme nasekat nahrubo. Podáváme posypané pažitkou.

Ingredience

- **Mrkev** - 300 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Pažitka** - 4 g
- **Kefírové mléko nízkotučné přírodní 1,1% 500 g** - 40 g
- **Kardamom mletý 15 g** - 2 g
- **Zázvor mletý 20 g** - 2 g
- **Arašídý nesolené 100g** - 20 g
- **Olej řepkový** - 10 g

