

Pórový salát s mrkví, petrželkou, praženými mandlemi, jogurtem a mátou

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

V misce smícháme tenké plátky póru a mrkve (mohou být strouhané). Přidáme na tenké plátky nakrájený stonek celeru a petrželku. Na pánvi opečeme mandle a nakrájíme je podélně. Do misky přidáme jogurt, sůl, pepř, nasekané lístky máty, citronovou šťávu a trochu olivového oleje. Důkladně promícháme.

Dochutíme solí a pepřem. Před podáním vše posypeme praženými mandlemi. Podáváme s bramborovými kroketami.

Ingredience

- **Mrkev** - 250 g
- **Pórek** - 250 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Petrželová nať** - 10 g
- **Citróny** - 20 g
- **Máta peprná** - 6 g
- **Olivový olej** - 40 g
- **Celer řapíkatý** - 150 g
- **Mandle jádra 200 g** - 40 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 1 g
- **Elinas jogurt řeckého typu bílý 150 g** - 125 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

