



Salát z mořských řas

Ingredience

mořská řasa Wakame: **60 g**
sójová omáčka: **3 PL**
rýžový ocet: **2 PL**
třtinový cukr: **1 PL**
sezamová semínka: **2 PL**
sušená chilli paprička: **1 ks**

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Řasu Wakame namočíme do teplé vody asi na 15 minut. Vodu slijeme a řasu propláchneme. Smícháme sójovou omáčku, ocet, cukr a nadrobno nakrájené chilli. Sezamová semínka lehce opražíme na suché pánvi. Vše promícháme dohromady a případně dochutíme.

Salát z mořských řas - recept

Řasu Wakame namočíme do teplé vody asi na 15 minut. Vodu slijeme a řasu propláchneme. Smícháme sójovou omáčku, ocet, cukr a nadrobno nakrájené chilli. Sezamová semínka lehce opražíme na suché pánvi. Vše promícháme dohromady a případně dochutíme.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí