



## Zelný salát

Ingredience

bílé zelí: **300 g**  
mrkev: **2 ks**  
cibule: **1 ks**  
limetková šťáva  
vinný ocet  
cukr krystal  
sůl  
pepř  
petrželová nať

### STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

**Zelí očistíme a velkým ostrým nožem nasekáme na proužky. Neměli bychom ji dávat do mixéru, ale opravdu sekat. Takto nakrouhané zelí trochu posolíme,...**

## Zelný salát - recept

Zelí očistíme a velkým ostrým nožem nasekáme na proužky. Neměli bychom ji dávat do mixéru, ale opravdu sekat. Takto nakrouhané zelí trochu posolíme, necháme odležet a pak rukama pořádně promačkáme. Díky tomu zelí krásně pustí šťávu, bude křupavé a ne suché. Abychom toho docílili,

budeme se však muset mačkání věnovat alespoň 20 minut. Jakmile je zelí důkladně promačkané, nakrájíme si nejemno cibulku, nastrouháme dvě mrkve a ve větší míse promícháme se zelím. Ke směsi přimícháme cukr dle chuti, opepříme, osolíme a dochutíme limetkovou šťávou a vinným octem. Vše důkladně promícháme, aby se chutě propojily. Zelný salát dáme uležet do ledničky a ozdobíme petrželkou.

**Zelný salát** se dá připravit na mnoho způsobů. Tato varianta je lehčí, pokud ale chceme vyzkoušet **klasický zelný salát Coleslaw**, přidáváme další ingredience. K připravenému salátu přimícháme domácí majonézu a smetanu, ale přísady vmícháváme pomalu a opatrně. Takto upravený salát pak necháme nejlépe dva dny odležet v lednici.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí