

Kapustový šalát s tofu

Počet porcií: 5

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Kapustu nakrájame na tenké rezance, tofu na malé kocky a ochutíme sójovou omáčkou. Mrkvu postrúhame, cibuľu pokrájame na tenké plátky a na 5 minút ponoríme do teplej vody. Potom ju vyberieme a necháme odkvapkať. Všetky prísady vložíme do šalátovej misy, ľahko premiešame, osolíme, okoreníme a polejeme zálievkou (375 g kyslej smotany, 1 lyžica horčice). Podávame s tmavým pečivom.

Ingrediencie

- **Horčica plnotučná 450 g** - 10 g
- **Mrkva** - 200 g
- **Cibuľa voľná** - 80 g
- **Sójová omáčka** - 40 g
- **Korenie biele mleté** - 1 g
- **Jedlá soľ** - 2 g
- **RAJO Laktofree kyslá smotana 200 g 14%** - 375 g
- **Kapusta červená** - 600 g
- **LUNTER Tofu údené 180 g** - 300 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

