

Ecetes (magyaros) fejés saláta



Hozzávalók:

2 kisebb fej saláta, 2 evőkanál porcukor, 1 evőkanál 10%-os étkecetet, 1 mokkáskanál só, 3 dl hideg víz

1. A salátát félbevágva kitorzsázunk, leveleire szedjük (az is jó, ha elnegyedeljük), megmossuk, lecsöpögtetjük.
2. A porcukrot, az ecetet és a sót a hideg vízben addig keverjük, míg a só és a cukor föl nem olvad benne.
3. A salátát csak tálaláskor forgatjuk a cukros, ecetes öntetbe.

Jó tanács

- Aki paleo életmódot folytat, porított nyírfacukorral édesítse.

4 főre

Elkészítési idő: 6 perc

Egy adag: 80 kcal