



Rýžové těstoviny s meruňkovo jogurtovou zálivkou a osvěžujícím melounovým salátem

Lehký letní talíř, kde se snoubí voňavé bezvaječné rýžové těstoviny s nakládanými okurkami a sladké meruňky s melounem přinášejí osvěžující kontrast.

#Letní #BezMasa #Rychlé

⌚ Příprava 15 min · Vaření 10 min Střední 👤 4 porce ≈ 54,88 Kč/porce 🔥 320 kcal/porce

Na porci: 0 7 g bílkovin 🥄 58 g sacharidů 🥑 8 g tuků

 **Hlavní suroviny ve slevě**
Ušetříte 191,23 Kč

410,73 Kč **219,50 Kč** **-47 %**

Suroviny

- | | | |
|--|--|---|
|  | Lucka Vřetena rýžové těstoviny bezvaječné 300g · 300g
Potřeba: 300 g | 44,90 Kč
↓ Nejnižší cena
<small>11900</small> |
|  | Machland Okurky 5 - 8 cm 540g · 540g
Potřeba: 540 g | 29,90 Kč
↓ Nejnižší cena
<small>11900</small> |
|  | Meruňky 1kg · 1kg
Potřeba: 500 g | 69,90 Kč
↓ Nejnižší cena
<small>11900</small> |
|  | Baby meloun vodní · 1 kg
Potřeba: 500 g | 39,90 Kč
↓ Nejnižší cena
<small>11900</small> |
|  | Slunečnicový olej 1l · 1l
Potřeba: 2 lžíce | 34,90 Kč
↓ Nejnižší cena
<small>11900</small> |

Co ještě přidat

- | | | |
|--|---|---|
|  | Solsanka Mořská sůl hrubozrnná 1kg · 1kg
Potřeba: podle chuti | 32,90 Kč
<small>11900</small> |
|  | Avokádo Pepř černý mletý 20g · 20g
Potřeba: podle chuti | 18,90 Kč
<small>11900</small> |

Postup

- 1** Rýžové těstoviny uvařte podle návodu na obalu ve vroucí osolené vodě a slijte.
- 2** Okurky nakrájejte na tenké plátky a promíchejte s troškou oleje a soli.
- 3** Meruňky rozpulte, vypeckujte a nakrájejte na kousky, meloun nakrájejte na kostky.
- 4** Uvařené těstoviny promíchejte s okurkami a trochou slunečnicového oleje.
- 5** Na talíř servírujte těstoviny s okurkami a vedle přidejte salát z meloun a meruněk.
- 6** Podle chuti dochuťte solí a pepřem.

Tip: Pro víc chuti přidejte do salátu s melounem a meruňkami trochu čerstvé máty.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.