

# Karbanátky s fazolkovým salátem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: avelebova



## Suroviny

- mleté maso 750 g
- vejce 1 ks
- česnek 2 stroužek
- sůl a pepř 1 ks
- olej 2 lžíce
- **salát**
- zelené fazolky 500 g
- sůl a pepř 1 špetka
- rajče 2 ks
- jarní cibulka 1 ks
- sterilované bílé fazole 200 g
- vinný ocet 2 lžíce
- olivový olej 2 lžíce
- **dip**
- bílý jogurt 250 g
- česnek 1 stroužek
- sůl a pepř 1 ks

**Doba přípravy:** 40 min

**Obtížnost:** Středně obtížné

**Způsob přípravy:** Smažení

**Země:** Česká republika

## Postup:

Mleté maso, sůl, prolisovaný česnek, pepř dobře propracujeme a uložíme do chladničky. Zelené fazolky vložíme do osolené vroucí vody a povaříme 4 minuty. Ihned je prudce zchladíme ve studené vodě. Rajčata nakrájíme na kostičky, jarní cibulku nasekáme nahrubo. Vše vložíme do mísy a

přidáme scezené bílé fazole. Salát ochutíme octem, olejem, solí, pepřem a promícháme.

Z masové hmoty vytvarujeme karbanátky, opečeme na oleji dozlatova a podáváme se salátem a dipem.