

Dietetyczna sałatka

Przepis dodany przez użytkownika aleksa6

Dietetyczna sałatka

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 1 sałata, kiełki (najlepsze są z rzodkiewki), jogurt naturalny, -
- cytryna, czosnek suszony, czubryca (można zastąpić bazylią) -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Sałatę myjemy dokładnie (zaczyna się sezon na nowalijki i na rozmaite ogrodnicze polepszacze), rwiemy na kawałki. Sałatę rozkładamy na talerze, posypujemy obficie kiełkami. Sos: Do kubka jogurtu naturalnego dodajemy kilka kropli cytryny, czosnek w proszku (można dać świeży) i czubrycę. Zalewamy sałatkę

