

Surowka Witaminowa

Przepis dodany przez użytkownika Ania K.

ok.:)

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- marchew - 20 dag
- rzodkiewka - pęczek
- jabłka - 30 dag
- sok z pomidorów - 2 łyżka(i)
- cebula dymka - 3 szt.
- płatki owsiane - 30 dag
- cukier do smaku. -

Etapy przyrządzania:

- 1.** - Obrac marchew i rzodkiewkę, zetrzeć na tarce z drobnymi oczkami, połączyć sokiem pomidorowym, wymieszać, dodać dymkę i przyprawy. Włożyć do salaterki, posypać tartymi jabłkami, drobno posiekanymi orzechami i płatkami owsianymi podsmażonymi na patelni.
 - podawać po schłodzeniu.

