

Poranna sałatka (dieta Dukana)



DOROTA61



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kapusta pekińska
papryka czerwona
cebula
jajko ugotowane na twardo
jogurt naturalny
musztarda
wędlina

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pokroiłam drobno kapustę pekińską, czerwoną paprykę, drobiową wędlinę i cebulkę. Wszystko wymieszałam z 2 łyżeczkami jogurtu naturalnego i 1/3 łyżeczki musztardy. Pychotka :)