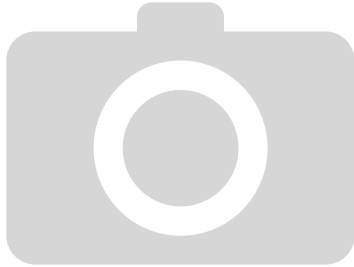


## sałatka szpinakowo truskawkowa

### ROBERT13



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>szpinak</b>	50 dag
<b>truskawki</b>	20 dag
<b>melon</b>	1 szt
<b>orzechy włoskie</b>	15 dag
<b>jogurt naturalny</b>	1 szkl
<b>sok z czarnej porzeczki</b>	1 szkl
<b>cukier</b>	1 łyżeczka
<b>żurawina</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

szpinak przebieramy myjemy i osączamy wkładamy do miski truskawki myjemy usuwamy szypułki osuszamy i kroimy w plasterki melona obieramy i kroimy w kostkę do szpinaku wsypujemy truskawki i melona dodajemy żurawinę i orzechy dokładnie mieszamy jogurt sok mieszamy z cukrem polewamy sałatkę tuż przed podaniem.