

sałatka z marchwi

DANUTA_PROROK



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marchew	5 szt
orzechy włoskie	1 szklanka
jogurt naturalny	1/2 szklanki
majonez	2 łyżki
czosnek	2 ząbki
pietruszka	1 natka
sól	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Orzechy zalać wrzątkiem, postawić na ogniu i po kilku minutach odcedzić do pojemnika. Marchew umyć, obrać, zetrzeć na bardzo grubych oczkach tarki. Następnie jogurt wymieszać z majonezem, potem dodać przeciśnięty przez praskę czosnek. Kolejno dodać sól i bardzo dokładnie wymieszać. Wszystkie składniki ze sobą połączyć w naczyniu. Całość posypać w naczyniu natką pietruszki