

Surówka "samo zdrowie"



ANETA8185



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

ogórki	2 szt
pomidor	2 szt
rzodkiewka	8 szt
ząbki czosnku	2 szt
sól	
pieprz	
śmietana	4 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Warzywa dokładnie myjemy. Ogórki i pomidory obieramy ze skórki. Ogórki kroimy w ćwierć plasterki i wrzucamy do miski.
- KROK 2 Dodajemy pokrojone w pół plasterki rzodkiewki.
- KROK 3 Następnie dodajemy pokrojone w małą kostkę pomidory.
- KROK 4 Ząbki czosnku obieramy i kroimy jak najdrobniej. Dorzucamy je do surówki.
- KROK 5 Całość doprawiamy solą i pieprzem. Dodajemy śmietanę i wszystko dokładnie mieszamy. Odstawiamy na 10 minut, aby surówka przegryzła się. Idealna do dań z ziemniaków.