

Surówka z marchewki, białej rzodkwi i szczypiorku



ANIA321



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

wszystkie składniki

marchewka	1 sztuka
rzodkiew biała	150 gramów
jabłko	0.5 sztuki
szczypiorek	0.5 pęczka
sok z cytryny	1 łyżeczka
jogurt naturalny	2 łyżeczki
oliwa	1 łyżka
sól	1 szczypta
Pieprz czarny- MŁYNEK	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchewkę i białą rzodkiew obrać, a następnie zetrzeć na tarce jarzynowej. Szczypiorek wypłukać, osuszyć, posiekać i dodać do reszty składników. Wymieszać.

Dodać jogurt naturalny, oliwę i sok z cytryny. Doprawić surówkę do smaku świeżo zmielonym pieprzem oraz solą. Podawać jako dodatek do obiadu.

Smacznego :)