

Surówka z młodej cukinii



BERNADETTAP



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marchew	1 średnia
papryka czerwona	1/2 mała
por (biała część)	7 cm
majonez	1 łyżka
jogurt naturalny	3 łyżka
sól	
cukinia	15 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cukinię dokładnie myjemy, usuwamy miękki miąższ i ścieramy na tarce o grubych oczkach. Kładziemy cukinię na durszlaku i sparzamy 2 szklankami wrzącej wody, odcedzamy. Wrzucamy obraną i startą na grubych oczkach marchewkę, pokrojoną w cienkie paseczki paprykę oraz 5 cm kawałek białej części pora pokrojony w ćwiartki talarków. Do warzyw dodajemy majonez oraz jogurt naturalny. Doprawiamy do smaku solą i świeżo zmielonym pieprzem. Podajemy przybraną pokrojoną w cienkie talarki pozostałą częścią pora.