

## Wykwintna sałatka świąteczna

**JOANNA137**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>awokado</b>	1 sztuka
<b>ziemniak</b>	2 sztuki
<b>por (biała część)</b>	10 dag
<b>sok z cytryny</b>	--
<b>kiełki pszenicy</b>	1 łyżka
<b>jogurt</b>	1/2 szklanki
<b>sałata</b>	kilka listków
<b>miód</b>	2 łyżeczki
<b>Papryka słodka mielona Prymat</b>	--
<b>sól</b>	--
<b>Pieprz kolorowy ziarnisty Prymat</b>	--
<b>imbir</b>	--
<b>grejpfrut czerwony</b>	2 sztuka
<b>oregano</b>	--

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki ugotować w łupinach, ostudzić, obrać i pokroić na ósemki. Grejpfrut obrać i podzielić na cząstki. Awokado obrać, usunąć pestkę, a miąższ pokroić w plasterki i skropić sokiem z cytryny. Por umyć, osuszyć i pokroić na cienkie talarki. Na umytych i osuszonych liściach sałaty ułożyć składniki sałatki i połączyć sosem.

Przygotować sos: jogurt połączyć z miodem i wymieszać z przyprawami Prymat. Przed podaniem posypać opłukanymi i wysuszonymi kiełkami.