

Salatka z brokułem



BEATKAA153



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

jajek	4 sztuki
brokuły	10 różyczek
rzodkiewki	1 pęczek
czosnku	1 ząbek
sałaty	2-3 liście
jogurtu naturalnego	1 szklanka
gęstej śmietany	2 łyżki
sól, pieprz	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Jajka gotujemy na twardo, obieramy i kroimy na ćwiartki. Pomidory myjemy, kroimy w półplasterki. Brokuła płuczemy, blanszujemy i osączamy z wody. Studzimy. Czosnek obieramy, miążdzimy i dodajemy do jogurtu. Liście sałaty dzielimy na mniejsze i układamy na półmisku. Na brzegu półmiska układamy pomidory. Następnie brokuły, jajka. Na środek kładziemy umytą i pokrojoną w półplasterki rzodkiewkę. Do jogurtu dodajemy śmietanę, mieszamy, doprawiamy do smaku i polewamy salatkę.

Sos musi być dość wyrazisty. Jogurt można przyprawić ziołami albo skroić 1/2 pęczka szczypiorku.