

Sałatka kalafiorowa z ciecierzycą



JULCI3K1



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kalafior

po pół czerwonej i zielonej papryki

puszka ciecierzycy

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

NA SOS

200ml jogurtu naturalnego, 3 łyżki gęstej smietany, łyżeczka suszonych ziół prowansalskich, sól pieprz

Kalafior umyć, oczyścić podzielić na małe różyczki zblanszować. Papryki umyć, oczyścić z nasion, pokroić w cieniutkie paseczki. Ciecierzycę odcedzić, wypłukać osączyć na sitku. Wymieszać wszystko.

Wymieszać jogurt, śmietanę dodać zioła prowansalskie doprawić solą i pieprzem i połączyć sałatkę.