

Sałata z ogórkami, w sosie miodowym



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

liści sałaty masłowej i strzępiastej	kilka
gałązek koperku	kilka
łyżki posiekanych listków mięty	2-3
z połowy cytryny	sok
cebula	1 cukrowa
jogurt naturalny	3-4 łyżki
miód	2 łyżeczki
ser biały twarogowy	10-15 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sałaty i ogórka, koperek opłukać, osączyć. Ogórka nie obierać, ale naciąć wzdłuż skórkę w kilku miejscach. Cebulę obrać, pokroić w cienkie półplasterki, skropić sokiem z cytryny i odstawić na 15 min.. a następnie odcisnąć lekko z soku. Pozostały sok dodać do jogurtu razem z miodem, wymieszać, doprawić solą i pieprzem. Sałatę porwaną na mniejsze kawałki ułożyć na talerzach, poprzekładać plasterkami ogórka i cebulką oraz listkami koperku. Całość posypać pokruszonym serem i polać sosem. Posypać miętą.