

Zielony kalafior z groszkiem i orzechami Macadamia



AGA-AA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

zielony groszek	1 garść
ząbek czosnku	1 szt
jogurt naturalny	100 ml
posiekany szczypiorek	1 łyżka
sól	1 szczypta
Pieprz czarny grubo mielony Prymat	1 szczypta
kalafior	1/2 zielony

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kalafior podzielić na różyczki i ugotować na parze- nie za długo, by był jędrny i nie stracił koloru. Jeśli używamy mrożony groszek to pod koniec gotowania kalafiora wrzucić go do wrzątku. W miseczce wymieszać jogurt z posiekany czosnkiem, solą i pieprzem. Na miseczkę przełożyć kalafior i groszek, posypać szczypiorkiem i posiekanymi orzechami, a następnie połączyć sosem jogurtowym. Podawać na ciepło lub na zimno.