

Sałatka z selera naciowego z mango



MYSZA75



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

sos pietruszkowy

majonez	1 łyżki
jogurt grecki	4 łyżki
sól i pieprz	1 do smaku
natka pietruszki	1 pęczek mały

sałatka

mango	1 sztuka
seler naciowy	5 gałązek
pomidorki koktajlowe	7 sztuk
papryka czerwona	1 sztuka
rzodkiewka	6 sztuk
natka pietruszki	6 gałązki
sól i pieprz	1 do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Warzywa wszystkie dokładnie myję. Seler naciowy kroję
- KROK 2 Mango obiera i kroję w kostkę średnią
- KROK 3 Paprykę także kroję w kostkę, i wycinam gwiazdki nożykiem. Rzodkiewki kroję w plastry

- KROK 4 pomidorki koktajlowe na ćwiartki. Warzywa wszystkie przekładam do miski, mieszam, sole, pieprze i dodaje pietruszkę pokrojoną.
- KROK 5 Chleb kroję w kostkę i robię grzanki na patelni.
- KROK 6 Sos:
Pietruszką kroję drobno, dodaje łyżkę jogurtu i miksuję blenderem. Dodaję resztę jogurtu, majonez doprawiam solą, pieprzem. Sałatkę polewam sosem i posypuje grzankami.