

dietetyczna sałatka z pomidora



PAULAC



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

pomidor	1 szt
ogórek	1/2 szt
cebula biała	1/2 szt
czosnek	1 ząbek
oliwa	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pomidora i ogórka wraz z skórkami pokroić w kostkę. Cebulę i czosnek drobno posiekać. Wszystko razem wymieszać. Doprawić do smaku. Nie dodawać soli, ponieważ sól zatrzymuje wodę w organizmie.