

Dietetyczna sałatka owocowa



ILONA ALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

śliwki suszone	5 sztuk
jabłko	1 sztuka
płatki owsiane	1/2 szklanki
jogurt naturalny	150 ml
truskawki	10 sztuk

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Śliwki suszone posiekać bardzo drobno, truskawki pokroić w ćwiartki, jabłko obrać i pokroić w kostkę. Owoce wymieszać z płatkami owsianymi. Całość połączyć jogurtem naturalnym.