

Surówka melancholijna jak jesień



ASERET



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

papryka czerwona	15 dag
jabłka	20 dag
ogórek sałatkowy	15 dag
marchew	15 dag
cukier	do smaku
pieprz	do smaku
sól	do smaku
sok z cytryny	3 - 6 łyżek
oliwa	50 ml
kapusta biała	30 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kapustę obrać z wierzchnich uszkodzonych liści, umyć, osaczyć i poszatkować w makaronik, posolić, lekko wygnieść drewnianą łyżką i odstawić
Marchew umyć, oskrobać i zetrzeć na jarzynówce.
Ogórek dokładnie wyszorować i pokroić w cienkie plasterki lub półplasterki.
Paprykę po umyciu i usunięciu gniazd nasiennych pokroić w drobne słupki.
Jabłka umyć, obrać, usunąć gniazda nasienne , włożyć do lekko zakwaszonej wody, i zetrzeć na jarzynówce.
Kapustę odcisnąć z wytworzonego po posypaniu solą soku, dokładać do niej pozostałe składniki, wymieszać, dodać przyprawy, sok z cytryny i oliwę.
Wymieszać.
Przełożyć do salaterki przyozdobić i wstawić na kilka minut do lodówki aby się schłodziła.