

Sałátka wiosenna

Przepis dodany przez użytkownika patryshia



Pyszna sałatka.

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- główka sałaty -
- pomidor -
- po kilkanastu młodych listków pokrzywy i mniszka lekarskiego -
- łyżka posiekanego koperku -
- 2-3 łyżki jogurtu naturalnego -
- cukier, sól -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Myjemy i suszymy zioła i sałatę. Myjemy, sparzamy, obieramy ze skórki, kroimy w kostkę pomidora. Zioła drobno siekamy. Sałatę rwiemy na kawałki, zioła, koperek i sałatę mieszamy w salaterce, posypujemy pomidorem pokrojonym wcześniej w kostkę, solą i cukrem. Przyprawiamy jogurt i polewamy nim surówkę.