

Sałatka z tuńczykiem i ananasem

Przepis dodany przez użytkownika pchelecza78

Łatwa i tania sałatka.

Czas przygotowania: 20 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- tuńczyka z sosie własnym - 1 puszka(i)
- kukurydza - 1 puszka(i)
- ryż - 100 g
- jabłko - 1 szt.
- ananas w sosie własnym - 1/2 puszka(i)
- majonez - 3 łyżka(i)
- jogurt naturalny - 1 łyżka(i)
- sól - szczypta(y)
- pieprz mielony - szczypta(y)
- papryka pikantna w proszku - szczypta(y)

Etapy przyrządzenia:

1. Gotujemy woreczek ryżu w lekko osolonej wodzie, tak aby był sypki – po wystudzeniu dodajemy do reszty składników. Wyjmujemy tuńczyka z puszki i rozdrabniamy w misce widelcem, na papkę. Odcedzamy kukurydżę i dodajemy do miski. Jabłko obieramy ze skórki i kroimy w małą kosteczkę. Ananasa odcedzamy z zalewy i kroimy w małe kawałeczki. Wszystkie składniki razem mieszamy w misce. Przyprawiamy niewielką ilością soli, pieprzu i papryki. Dodajemy majonez i jogurt. Dokładnie mieszamy i odstawiamy na godzinkę do lodówki.