

Míchaný zeleninový salát s jogurtem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Bílý jogurt 1 ks
- Zelená paprika 2 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Žlutá paprika 1 ks
- Rajče 2 ks
- Hlávkový ledový salát 1 ks
- Pažitka 1 ks
- Ocet 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Saláty opereme, osušíme a natrháme na malé kousky. Ostatní zeleninu a natvrdo vařená vejce nakrájíme na stejně velké kousky.

Salát osolíme, opepříme, zakápneme octem, promícháme. Přidáme jogurt a opět promícháme. Míchaný zeleninový salát s jogurtem dáme do chladničky vychladit. Po vychlazení rozdělíme do misek.

Míchaný zeleninový salát s jogurtem posypeme nasekanou pažitkou a podáváme.

