

Těstovinový salát s ovocem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 1

- Bílý smetanový jogurt 3 lžíce
- Čerstvé ovoce 200 g
- Těstoviny penne 100 g
- Olivový olej 1 lžička
- Cukr moučka 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Těstoviny uvaříme ve vroucí osolené vodě podle návodu. Po uvaření těstoviny propláchneme, scedíme a necháme vychladnout.

Různé čerstvé ovoce - banán, jablko, hroznové víno, meloun - umyjeme a nakrájíme na kousky.

V míse promícháme těstoviny s ovocem a jogurtem, který jsme osladili a zakápli olivovým olejem.

Těstovinový salát s ovocem vychladíme a podáváme. Na jednu porci těstovinového salátu s ovocem potřebujeme 200 g čerstvého ovoce.