

Pestrý salát s jogurtem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Pórek 1 ks
- Rostlinný olej 2 lžíce
- Bílý jogurt 1 ks
- Řeřicha 1 ks
- Kedlubny 1 ks
- Barevná paprika 1 ks
- Pekingské zelí 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Cukr 1 ks
- Olej 1 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Všechnu zeleninu umyjeme a nakrájíme na plátky, nudličky nebo kolečka. Zeleninu dáme do mísy a promícháme.

Připravíme si zálivku. Z citronu vymačkáme šťávu a smícháme ji s olejem, solí a cukrem podle chuti, případně můžeme doplnit trochou vody. Zeleninu zalijeme zálivkou.

Pestrý salát rozdělíme do misek a každou porci ozdobíme lžící bílého jogurtu a posypeme řeřichou. Pestrý salát s jogurtem podáváme ihned. Můžeme doplnit čerstvým pečivem.