

Čekankový salát s grepem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- Čekanka 2 ks
- Grapefruit 1 ks
- Bílý jogurt 1 kelímek
- Cukr 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Čekanky rozkrojíme na čtvrtiny a nakrájíme na proužky. Opláchneme, necháme okapat. Grep oloupeme a vyloupeme dužinu. Nakrájíme na menší kousky. Smícháme s čekankou v míse, přidáme jogurt a promícháme. Komu je to moc kyselé, může přidat trochu cukru.