

Mrkvový salát s jablky a jogurtem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- Mrkev 600 g
- Jablka 3 ks
- Bílý jogurt 1 šálek
- Citronová šťáva (citronka) 1 ks
- Sůl 1 ks
- Cukr 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Mrkev omyjeme a oškrábeme, nastrouháme na jemnějším struhadle a promícháme s oloupanými a nastrouhanými jablky, zakapeme citronovou šťávou. Přidáme jogurt a podle chuti osolíme, popřípadě osladíme. Salát podáváme k různým pokrmům nebo jako osvěžující svačinu.