Pohankový salát s jogurtem

Kategorie: Zdravá strava

Autor: sarysek

Suroviny

Porce: 1

- Pohanka 250 g
- Zelená paprika 2 ks
- Rajčata 4 ks
- Bílý jogurt 250 g
- Česnek 3 stroužek
- Sůl 1 lžička

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Uvařenou pohanku scedíme a necháme okapat. Na tenké proužky pokrájíme papriky, rajčata a zeleninu přidáme k vychladnuté pohance.
Bílý jogurt ochutíme prolisovaným česnekem, solí a vmícháme do salátu.