

Pórkový salát s jogurtem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 8

- Pórek 1 ks
- Červená paprika 3 ks
- Bílý jogurt 2 kelímek
- Mletá sladká paprika 1 lžička
- Česnek 4 stroužek
- Pepř celý 1 ks
- Sůl 3 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Chlazení, mražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 8

Postup:

Papriky nakrájíme na nudličky a promícháme je s jemně nasekaným česnekem a pórkem, nakrájeným na tenká kolečka. Salát zalijeme jogurtem, osolíme, opepříme a dochutíme mletou sladkou/pálivou paprikou. Řádně promícháme a dáme asi na 20 min. (i více) vychladit.