



Porowa surówka z papryką i dynią

 Wafelek2601

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 25 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

por - 1 szt.
papryka - 1 szt.
dynia - 20 dag
oliwa - 1 łyżka

majonez light - 2 łyżka
musztarda rosyjska - 1 łyżeczka
sól morską - do smaku
pieprz czarny mielony - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pora umyć, osuszyć, pokroić w półkrażki, delikatnie posypać solą, wymieszać.

KROK 2: Umytą paprykę pozbawić gniazd nasiennych, pokroić w kostkę. Dynię obrać, pozbawić miękkiego miąższu i pestek, pokroić w kostkę. Na patelni rozgrzać oliwę, podsmażyć dynię. Ostudzić. Do pora dodać paprykę i dynię.

KROK 3: Dodać majonez, musztardę i przyprawy. Wszystkie składniki dokładnie wymieszać.

KROK 4: Surówkę podawać jako dodatek do obiadu.