





Sałatka brokułowa

 MamaNaMedal

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

brokuły mrożone - 1 opakowanie przyprawy - trochę
kromka dużego ciemnego chleba - 1/2 szt. tłuszcz - trochę
jogurt naturalny - 3 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pół kromki ciemnego chleba skroiłam w paski a następnie na kostkę.

Kosteczki podsmażyłam w niewielkiej ilości rozgrzanego tłuszczu.

Wyjęłam odsączyłam na papierowym ręczniku

KROK 2: Do wrzącej osolonej wody wrzuciłam różyczki brokułów. Gotowałam je ok 10 minut do miękkości. Odcedziłam.

KROK 3: Brokuły starannie odcedziłam z wody i włożyłam do miseczki. Dołałam 3 łyżki jogurtu naturalnego.

KROK 4: Brokuły w miseczce wraz z jogurtem naturalnym wymieszałam starannie aby zrobić "ciapkę" dodałam przypraw ponownie wymieszałam.

Na sam koniec dosypałam przygotowanych wcześniej grzanek.