




Sałatka Zdrowa Zieleninka

 Tylko z Natury


Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

- sałata masłowa - kilka listków
- pomidor - 1 szt.
- ogórek szklarniowy - 1/2 szt.
- rzodkiewki - 3-4 szt.
- natka pietruszki - 1/2 pęcz
- koperek - 1/2 pęcz
- szczypiorek - 1/2 pęcz
- sól morską - do smaku
- pieprz czarny mielony - do smaku
- oliwa z oliwek - 3 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie warzywa umyć, osuszyć. Sałatę porwać na mniejsze kawałki. Natkę pietruszki, szczypiorek i koperek posiekać. Ogórka i rzodkiewki pokroić w plastry, a pomidora w kostkę. Tak przygotowane składniki włożyć do miski, przyprawić solą i pieprzem, skropić oliwą z oliwek wymieszać.