



## Surówka ze świeżym szczawiem

 dorotaR

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

pekińska kapusta - liście - 4 szt.

szczaw - 1 garść

ogórek - 1 szt.

jogurt - 5 łyżeczka

sól - do smaku

suszony czosnek - pół łyżeczka

suszony koperek - 1 łyżeczka

orzeszki pinii - 1 łyżeczka

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Kapustę pekińską obieram z zewnętrznych liści i szatkuję dość drobno. Oprószam solą, pieprzem i odstawiam na kilka minut by zmiękła i puściła sok. Szczaw myje i osuszam. Ogórka obieramy i kroję w kostkę. Dodaje do kapusty. Jogurt wlewam do miseczki, dodaje do niego suszony koperek, suszony czosnek, szczyptę soli oraz szczyptę pieprzu, mieszam i odstawiam na ok 10 min aż przyprawy spęcznieją i uwolnią aromat. Dodajemy też orzeszki pinii. Sosem polewam sałatkę i mieszam.