





## FIT sałatka jarzynowa w lżejszej wersji


 Zdrowie na języku

Polecane na: [sałatki](#)

### Warto wiedzieć:

 90 min

 łatwy

 8 porcji

### Składniki:

marchew - 3 szt.

pietruszką dużą - 1 szt.

seler - kawałek

ziemniak - 3 szt.

ogórki kiszane średnie - 2 szt.

kukurydza konserwowa - 1/2 opakowanie

grozek konserwowy - 1/2 opakowanie

jajka - 4 szt.

jogurt grecki - 2 duże łyżki

majonez - 1 łyżka

musztarda - 2 łyżeczki

sól i pieprz - - do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Marchewkę, pietruszkę, seler i ziemniaku dość dobrze umyj, ale nie obieraj! Przelóż do garnka, zalej wodą do zakrycia warzyw. Gotuj od momentu zagotowania 30 minut. Muszą być półtwarde, nie mogą być rozgotowane.

Jajka ugotuj na twardo.

Ugotowane i ostudzone warzywa obierz i pokrój wraz z jajkami w kostkę.

Dodaj pozostałe składniki i dokładnie wymieszaj.