




Marchewka z jabłkiem i rodzynkami z dodatkiem oleju z prażonych pestek dyni

 MonikaB

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 2 porcje

Składniki:

Marchewka średniej wielkości - 5 szt.

Jabłka jesienne średniej wielkości - 2 szt.

Rodzyнки sułtanki Bio Planet - 1 garść

Olej z prażonych pestek dyni Bio Planete - do smaku

Sól - - szczypta

Sok z cytryny - kilka kropel

Sposób przygotowania:

KROK 1: Przygotowuję potrzebne składniki. Marchewką obieram, myję pod bieżącą wodą, ścieram na tarce o dużych oczkach. Dwa średniej wielkości jabłka lub jedno duże obieram, kroję w kostkę. Skrapiam sokiem wyciśniętym z cytryny. Odsypuję garść rodzynek. Jeśli są suche moczę. W przypadku rodzynek Bio Planet nie było takiej potrzeby.

KROK 2: Startą marchewkę, pokrojone jabłka i rodzynki przekładam do miseczki. dodaję sól do smaku, mieszam całość i odstawiam na 5 minut żeby owoce puściły sok. Jeszcze raz mieszam całość. Polewam olejem z prażonych pestek dyni Bio Planete. Gotowe. Smacznego!