





Sałatka z cukinią na parze

 dorotaR

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 2 porcje

Składniki:

kapusta pekińska - pół szt.

cukinia mała - 1 szt.

rzeżucha - trochę

majonez np sojowy - 1 łyżka

jogurt - 3 łyżka

sól - do smaku

pieprz - do smaku

papryka wędzona w proszku - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kapustę obrać z wierzchnich liści i drobno poszatkować - oprószyć solą i odstawić na kilka minut.

Cukinię umyć, pokroić w dość cienkie plasterki, oprószyć papryką wędzoną w proszku i gotować na parze ok 3 minuty. Wystudzić lekko i dodać do kapusty.

Rzeżuchę posiekać i dodać do sałatki.

Przygotować sos. Majonez wymieszać z jogurtem naturalnym, szczyptą soli i pieprzu.

Sosem polać sałatkę i wymieszać.