



## Surówka z pekinki i tartej marchewki

 dorotaR

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

kapusta pekińska - 1/3 szt.

marchew - 2 szt.

sól - do smaku

pieprz - do smaku

majeranek - 1 szczypta

oregano - 1 szczypta

zioła prowansalskie - 1 szczypta

jogurt - 2 łyżka

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Kapustę pekińską oczyścić i posiekać w dość drobne kawałki. Oprószyć solą i odstawić na 5 minut by zmiękła i puściła sok.

Marchewkę obrać, umyć i zetrzeć na tarce o drobnych oczkach ( ja tutaj często wykorzystuję też marchewkę pozostałą po wyciskaniu soku marchewkowego przez sokowirówkę). Marchewkę dodać do kapusty.

Salatkę posypać szczyptą pieprzu i rozdrobnionymi w móżdżierzu lub startymi dokładnie w palcach ziołami.

Polać jogurtem.

Wymieszać.