



Surówka z pekinki z jabłkiem

 dorotaR

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

kapusta pekińska - pół szt.

jabłka - 2 szt.

ogórek - 1 szt.

jogurt - 5 łyżeczka

świeża papryczka chilli - pół szt.

blonnik jabłkowy - 1 łyżeczka

posiekana świeża kolendra - 1 łyżka

sól - do smaku

pieprz - do smaku

oliwa - 1 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kapustę drobno szatkuję. Ogórka obieram i kroję w mniejsze kawałki. Jabłka pozbawiam gniazd nasiennych i kroję w kawałki. Wszystkie składniki wrzucam do miski. Jogurt mieszam z oliwą z pierwszego tłoczenia, solą, pieprzem, posiekanym chili i kolendrą oraz blonnikiem. Odstawiam na kilka chwil. Sosem polewam sałatkę i dokładnie mieszam.