




Surówka z pora, jabłka i marchewki

 Renixx

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 1 porcja

Składniki:

liście sałaty - 3-4 szt.
por średni - 2 szt.
ogórki kiszzone - 2 szt.
jabłko - 1 szt.
marchewka średnia - 1 szt.

pomidorki koktajlowe - 6-7 szt.
posiekana natka pietruszki - 1-2 łyżka
majonez - 1 łyżka
jogurt naturalny - 1 łyżka
sól, cukier - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Liście sałaty umyć, osuszyć, ułożyć na półmisku. Pory drobno posiekać, sparzyć wrzącą wodą, odcisnąć. Jabłko obrać, usunąć gniazda nasienne i razem z obraną marchewką zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Ogórki pokroić w kostkę, pomidorki na kawałki. Wszystkie składniki włożyć do salaterki, dodać majonez wymieszany z jogurtem, przyprawić do smaku solą i cukrem, wymieszać, wyłożyć na liście sałaty. Podawać jako dodatek do dania z mięsem.