

Salát plný vitamínů s nízkým obsahem tuku

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

Postup

Postup přípravy: Salát: Čočku smícháme s ostatními ingrediencemi, které nakrájíme na větší kousky.

Důkladně promícháme a zalijeme zálivkou.

Zálivka: Pažitku nasekáme nadrobno, smícháme s jogurtem a mírně osolíme (dle chuti). Zalijeme jí salát a navrch ozdobíme hlavičkami chudobek. A s celozrnným chlebem máme připravenou skvělou a zdravou večeři.