

Okurkový salát s jogurtem

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

5 salátových okurek
větší špetka soli
špetka mletého pepře
3 lžičky moučkového cukru
3 lžíce jablečného octa
3 stroužky česneku
400 ml bílého jogurtu

Postup

Okurky nastroháme a slijeme přebytečnou vodu. Osolíme, osladíme, opepříme, okyselíme, očesnekujeme, vmícháme jogurt, ochutnáme, dochutíme podle vlastních představ a dáme vychladit. Není špatné vmíchat i nasekaný kopr, máme-li po ruce.

Jogurt můžeme nahradit zakysanou smetanou nebo kefirem.