



Kapusta pekińska z marchewką i słonecznikiem

Autor: Niezapominajka

Danie: **Obiad,**

Osób: **2**

Czas: **Do 15 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Kapustę pekińską umyć, pokroić. Obraną marchew i kiszzonego ogórka zetrzeć na tarce o dużych oczkach.

Krok 2

Ziarna słonecznika uprażyć na suchej patelni.

Krok 3

Kukurydzę osączyć z zalewy, cebulę drobno posiekać. Wszystkie przygotowane składniki włożyć do miski, oprószyć przyprawą curry, czosnkiem granulowanym i szczyptą soli, skropić oliwą, wymieszać. Posypać uprażonymi ziarnami słonecznika, podawać.

Wskazówki

Surówkę podawać jako dodatek do dania z mięsem.

Składniki:

10-15 dag kapusty pekińskiej

1 marchewka

1 cebula

2-3 łyżki ziaren słonecznika

¼ szklanki kukurydzy konserwowej

1 kiszony ogórek

Przyprawa curry do smaku

Czosnek granulowany do smaku

1 łyżka oliwy

Sól do smaku