



Sałata lodowa z kukurydzą i jabłkami

Autor: Niezapominajka

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Do 15 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1
Liście sałaty umyć, osuszyć pokroić. Jabłko obrać, zetrzeć na tarcejarzynowej, wymieszać z sokiem z cytryny. Kiszzone ogórki pokroić w zapałkę. Kukurydzę wyłożyć na sito, osączyć. Wszystkie przygotowane składniki razem połączyć.

Krok 2
Jogurt zmiksować z majonezem i musztardą, dodać do sałaty, przyprawić do smaku solą i pieprzem, wymieszać.

Wskazówki

Surówkę podawać jako dodatek do dania z mięsem.

Składniki:

- 1 główka sałaty lodowej
- 3 kiszone ogórki
- 0,5 puszki kukurydzy konserwowej
- 1 winne jabłko
- 1 łyżka soku z cytryny
- 2 łyżki majonezu light
- 1 łyżka jogurtu greckiego
- 0,5 łyżeczki musztardy rosyjskiej
- Sól do smaku
- Pieprz do smaku