

# Chłodnik

Przepis dodany przez użytkownika ewa1257

## Chłodnik z orzechami

Czas przygotowania: 20 minut

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: łatwe

Koszt: 6 PLN

### Potrzebne składniki:

- naturalny jogurt - 4 szt.
- posiekane orzechy włoskie - 1
- czosnek - 4
- posiekana zielenina - 1
- sól, pieprz - do smaku

### Przydatne akcesoria:

tarka

### Etapy przyrządzania:

- 1.** Czosnek zmiażdżyć , zetrzeć na tarce lub drobniutko posiekać.  
Jogurt zmiksować z orzechami i czosnkiem, doprawić do smaku i poypać posiekaną zieleniną.

### Jak podawać?

podawać w ceramicznych miseczkach

