

Sałatka z wołowiną

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Pomysł na sałatkę z wołowiną

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 25 dag gotowanej chudej wołowiny -
- 2 szkl. ryżu ugotowanego na sypko -
- czerwona i żółta papryka -
- kwaszony ogórek -
- cebula -
- 3 łyżki posiekanej natki pietruszki -
- 2 ząbki czosnku -
- po 2 łyżeczki oleju -
- chudego jogurtu naturalnego -
- sos z cytryny -
- sos tabasco -
- sól, pieprz -

Etapy przyrządzania:

1. Cebulę pokroić w ciękie plasterki. Mięso, paprykę i ogórek pokroić w kosteczkę. Z jogurtu, oleju, soku z cytryny i zmiążdżonego czosnku utrzeć gładki sos, doprawić sosem tabasco, solą i pieprzem. Składniki wymieszać z natką pietruszki i połączyć sosem.

