

Sałatka z kiełkami



Pyszna porcja zdrowia: sałata lodowa, pomidory, kukurydza i kiełki słonecznikowe z prażonymi ziarnami słonecznika - doprawiona Sosem sałatkowym Swojskie Zioła.

Potrzebne składniki:

- Sos sałatkowy Swojskie zioła (1 opakowanie)
- olej (3 łyżki)
- sałata lodowa (100 g)
- pomidor mały (3 sztuki)
- kukurydza (0,5 puszki)
- kiełki (1 garść)
- ziarna słonecznika prażone (3 łyżki)

Sposób przygotowania

1. Sos wymieszaj dokładnie z olejem i 3 łyżkami wody.
2. Sałatę podziel na mniejsze części.
3. Pomidory obierz ze skórki, usuń nasiona i pokrój w paseczki.
4. Kukurydzę osącz z zalewy.
5. Połącz składniki sałatki z sosem.
6. Posyp ziarnami słonecznika.

Smacznego 😊