

## Letnia sałatka z grillowaną cukinią

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: ilka86, dnia 13 Września 2012r. o 10:01

Tagi: grill, sałatka, cukinia

Rodzaj dania: warzywa

Rodzaj kuchni: międzynarodowa

Rodzaj mięsa:

### Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
cukinia	1	szt.	warzywa
pomidor	2	szt.	warzywa
pietruszka natka świeża	1	garść	przyprawy i zioła
stonecznik	2	łyżka	dodatki
pieprz czarny mielony	1	szczypta	przyprawy i zioła
jogurt naturalny	2	łyżka	nabiał
oliwa extra vergine	1	łyżka	płyny i sosy
miód	1/2	łyżeczka	dodatki
sól morska	1	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz biały mielony	1	szczypta	przyprawy i zioła

### Opis

Sos: W słoiczku mieszamy jogurt, oliwę, miód, sól i pieprz, aż do dokładnego połączenia się składników.

Cukinię kroimy na plasterki i grillujemy chwilę z obu stron. Pomidory kroimy w ósemki. Ziarno słonecznika prażymy na suchej patelni. Łączymy wszystkie składniki, przyprawiamy, delikatnie mieszamy z sosem.



Dla ilu osób: 4  
 Danie dietetyczne: tak  
 Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania  
 Czas przygotowywania: 0godz. 0min.  
 Cana:  
 Liczba kalorii: