

Sałata z serem feta, pomidorami i cebulą czerwoną

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: [mimochodem55](#), dnia 29 Grudnia 2012r. o 09:57

Tagi: [sałata](#), [ser](#), [feta](#), [pomidory](#), [cebula czerwona](#)

Rodzaj dania: [dania jarskie](#) [sałatki](#) [surówki](#)

Rodzaj kuchni: [polska](#)

Region pochodzenia: [cała Polska](#)

Rodzaj mięsa:

Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
ser feta	150	g	nabiał
sałata masłowa	0,5	szt.	warzywa
pomidor	2	szt.	warzywa
cebula czerwona	1	szt.	warzywa
sól	2	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	2	szczypta	przyprawy i zioła
pieprz ziołowy	0,5	łyżeczka	przyprawy i zioła
jogurt naturalny 0%	1	szklanka	nabiał

Opis

1. Warzywa dokładnie myjemy.
2. Liście sałaty rwiemy na kawałki, pomidor kroimy w półplastry, cebulę czerwoną w krążki.
3. Ser feta kroimy w kawałki.
4. Sos przygotowujemy z jogurtu naturalnego - dodajemy przyprawy i dokładnie mieszamy.
5. Warzywa ułożone w salaterce polewamy sosem bezpośrednio przed podaniem na stół, lekko mieszamy.



Dla ilu osób: 4
 Danie dietetyczne: tak
 Poziom skomplikowania: łatwe do przygotowania
 Czas przygotowywania: 0godz. 20min.
 Cana:
 Liczba kalorii: