



przepisy.pl

Sałatka z koperem włoskim

 15 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- koper włoski - 2 sztuki
- jabłka - 2 sztuki
- kiszone ogórki średnie - 4 sztuki
- czerwona papryka - 1 sztuka
- jogurt naturalny lub 3 łyżki oliwy z oliwek - 100 gramów

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Świeży koper oczyszczamy, przekrawamy wzdłuż na pół, wycinamy twardą podstawę i odcinamy zieloną niejadalną nać. Koper kroimy w cienkie paski a następnie w małą kostkę. Pozostałe warzywa również myjemy i kroimy w drobną kostkę, jabłka obieramy, wydrążamy środek. Podobnie z papryką.
2. Wszystkie składniki łączymy razem, dodajemy szklankę gęstego jogurtu lub 3 łyżki oliwy, sól, pieprz do smaku i dokładnie mieszamy ,aby wszystko się dobrze połączyło. Sałatka jest bardzo dobra, chrupiąca i pożywna. Bardzo bogata w witaminy. Jej smak jest lekko anyżowy i niepowtarzalny. Polecam na zimowe wieczory oraz osobą z podwyższonym cholesterolem.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl