

Jablkový salát s jogurtem



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 4

489 kalorií , **123 g** cukrů , **0 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: kaccka

Odkaz: <https://srecepty.cz/jablkovy-salat-s-jogurtem>

Příprava

Dobře omytá jablka zbavíme jádřinců, okvěť a stopky a nakrájíme příčně na tenké plátky. Med rozšleháme s jogurtem a citrónovou šťávou. Kolečka jablek upravíme na dezertní talířky, polijeme jogurtovou směsí a ozdobíme kompotovaným ovocem.

Ingredience

- 6 jablek
- 1 bílý jogurt
- citrónová šťáva
- med podle chuti
- 4 lžíce brusinkového nebo jeřabinového kompot

Kategorie

Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Rychlovka, Vegetarián, Salát, Snídaně

