

Aszalt gyümölcsös répasaláta



Hozzávalók:

50 dkg sárgarépa, arasznyi póréhagyma,
10 dkg aszalt sárgabarack, 10 dkg aszalt
szilva, 5 dkg mazsola, 2 evőkanál 5%-os
almaecet, 2 evőkanál méz, csipetnyi só,
csipetnyi reszelt gyömbér

1. A megtisztított répát gyufaszálnyi csíkokra, a póréét vékony karikákra, a barackot és a szilvát negyedekbe vágjuk. A mazsolával összekeverjük.
2. Az almaecetet a mézzel simára dolgozzuk, a salátára öntjük, enyhén megsózzuk, és a gyömbérrel fűszerezzük.

4 főre

Elkészítési idő: 15 perc

Egy adag: 273 kcal • fehérje: 4,3 gramm • zsír: 0,7 gramm • szénhidrát: 62,1 gramm • rost:
6,9 gramm • koleszterin: 0 milligramm