

# Sałatka z bobu

## Składniki

50 dag bobu, 2 nieduże ogórki konserwowe, strąk czerwonej konserwowej papryki, mała cebula, 3-4 łyżki gęstego majonezu, 2-3 ząbki czosnku, po 3 łyżki posiekanej natki pietruszki i koperku, łyżeczka posiekanych listków cząbrku, pieprz, sól



## Sposób przyrządzenia

Bób ugotować, wyłożyć na sito, polać zimną wodą. Przystudzony obrać ze skórki, połączyć z drobno posiekanym czosnkiem i cebulą. Paprykę i obrany ogórek pokroić w cienkie paski, dodać do bobu, wymieszać z natką pietruszki, koperkiem i majonezem, doprawić do smaku solą i pieprzem. 100 g - 95 kcal.