

Z brokułów

Składniki

50 dag brokułów, strąk papryki żółtej lub czerwonej, 2 ogórki małosolne, 2 pomidory, 2 jaja ugotowane na twardo, pęczek kopru.

Sos: 2 łyżki majonezu, 3 łyżki jogurtu naturalnego, łyżka jasnego sosu sojowego, pół łyżeczki curry, cukier, pieprz, sól



Sposób przyrządzenia

Brokuły ugotować na półmiękkko (gotować 5-7 min, łodygę przeciąć na 2-3 części), ostudzić, podzielić na różyczki, a łodygę pokroić na trzycentymetrowe odcinki. Paprykę i ogórki pokroić w kostkę, a pomidory i jaja - na części. Wymieszać brokuły z ogórkami i papryką. Połączyć sosem przyrządzonym z podanych składników. Posypać posiekanym koperkiem, udekorować częściami jaj i pomidorów.