

## Z buraków i ziemniaków

### Składniki

4 buraki, 3 ziemniaki, 2 jabłka, 4 łyżki octu winnego, ząbek czosnku, sól

### Sposób przyrządzenia

Buraki i ziemniaki ugotować w żupinach, ostudzić, obrać i pokroić w kostkę. Połączyć jabłkami, również pokrojonymi w kostkę. Przyprawić octem i czosnkiem rozartym z solą wymieszać i przełożyć do salaterki.

1 porcja zawiera: 2,2 g białka, 0,4 g tłuszczu, 3,3 g błonnika, 0 mg cholesterolu.