



SMACZNIE (ZA)JADAM  
STOŁÓWKA (PRZED)SZKOLNA  
ALTERNATYWNIE

## **Sałatka z ogórka, papryki z marynowaną wieprzowiną i lekkim sosem jogurtowo - koperkowym**

Receptura na 10 porcji

### *Składniki:*

Ogórek świeży - bez skóry, bez pestek, pokrojony w kostkę	0,5 kg
Papryka czerwona - średnia kostka	0,25 kg
Cebula dymka - pokrojona w romby	2 pęczki
Jogurt naturalny, niskotłuszczowy	0,5 l
Schab karkowy - cienkie plastry	0,3 kg
Marynata do grosza	0,1 kg
Olej	0,1 l
Koperek	1 pęczek
Cytryna	1 sztuka
Sól i pieprz do smaku	

### *Wykonanie:*

Mięso zamarynować.

Jogurt wymieszać z posiekanym koperkiem, solą, pieprzem i sokiem z cytryny.

Ogórek, paprykę i cebulę wymieszać z sosem jogurtowym.

Mięso usmażyć na niewielkiej ilości oleju.

Sałatkę dekorować gorącym mięsem.