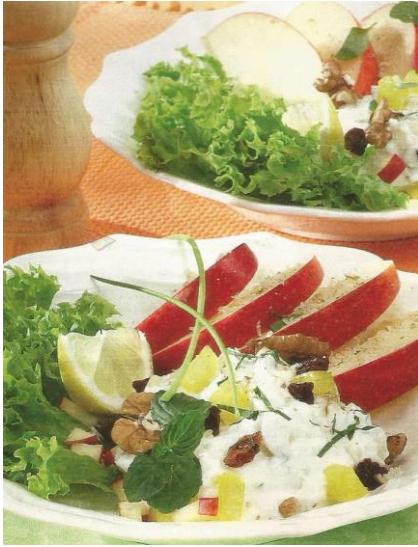


Sałatka z twarogiem i orzechami



Składniki na 4 porcje:

40 dag twarogu wiejskiego
2 łyżki rodzynek lub suszonej żurawiny
20 dag ananasów z puszki
1 pęczek mięty
2 jabłka
1 główka sałaty
1 cytryna
2 łyżki posiekanych orzechów
kilka szczypiorków

Wykonanie:

1. Ananasy osączyć z zalewy, drobno pokroić. Przełożyć do miseczki z twarogiem. Dodać opłukane i osączone rodzynki lub żurawinę oraz posiekaną miętę. Dokładnie wymieszać, włożyć do lodówki.
2. Jabłka umyć, pokroić na ćwiartki, wyciąć gniazda nasienne. Następnie jabłka pokroić wzdłuż na plasterki i skropić sokiem wyciśniętym z połowy cytryny.
3. Sałatę podzielić na pojedyncze liście, opłukać, osuszyć na papierowym ręczniku lub odwirować. Wyporcjować do 4 salatek lub na talerze, udekorować plasterkami jabłek.
4. Na sałacie ułożyć po porcji owocowego twarogu. Całość posypać orzechami. Ozdobić miętą lub szczypiorkiem oraz cząstkami z drugiej połowy cytryny.