

Surówka z białej kapusty

Autor: **Murena**Przepisów: **173** Ocena: **2393**

3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- kapusta biała 300g
- marchew 1 szt.
- 2 szt.ogórków kiszonych
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka cukru(można pominąć)
- sól pieprz kolorowy świeżo zmielony

Sposób przygotowania:

- 1 Kapustę białą szatkujemy i zalewamy gorącą wodą odstawiamy do wystygnięcia następnie odsączamy kapustę.W ten sposób przygotowana kapusta jest nadal chrupiąca ale nieco miększa i łatwiej przyswajalna przez nasz żołądek ;).Marchew i ogórki kiszone ścieramy na tarce o dużych oczkach.Warzywa łączymy ze sobą dodajemy oliwę i pozostałe składniki.Wszystko dokładnie mieszamy.
Przygotowaną surówkę wkładamy na ok.1 godzinę aby smaki się przegryzły.
SMACZNEGO!!!



Twoje notatki do przepisu: