Tálalás: **6 főre**

Előkészítés: **20 perc**

Elkészítés: **10 perc**

Répási Eszter

BURGONYASALÁTA

A burgonya magas kálium tartalommal rendelkezik, 100 grammjában 340 mg található, mely az ajánlott napi bevitel 10 %-kát fedezi.

HOZZÁVALÓK

1 kg burgonya
1 fej lilahagyma
1 db alma
2 ek ecet
2 ek olívaolaj
3 dl víz
3 ek light majonéz
2 dl görög joghurt
1 ek mustár
izlés szerint só
(zöldfűszerekkel helyettesíthető)
izlés szerint fehér bors

ALLERGÉNEK

Glutént tartalmaz
Laktózt tartalmaz
Tojást tartalmaz

1. A burgonyákat alaposan megmossuk, majd héjukban megfőzzük.
2. Ha megfőtt meghámozzuk, majd felkockázzuk.
3. A hagymát megpucoljuk, majd kisebb csíkokra vágjuk.
4. A vízből,a sóból, az ecetből és az olajból saláta levet készítünk, majd ráöntjük a közös tálba tett burgonya és hagyma tetejére.
5. Ezután tegyük egy órára hűtőbe, hogy az ízek összeérjenek.
6. Az almát megmossuk, eltávolítjuk a magházát, majd apró kockákra vágjuk.
7. A görög joghurtból, a majonézből, a mustárból, a sóból és a borsból öntetet készítünk.
8. A burgonyát kivesszük a hűtőből, leöntjük róla az ecetes levet, majd hozzátesszük az almát és leöntjük az öntettel.
9. Fogyasztásig hűtőbe tesszük.

Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!