

Šalát s mangom

- 750 g morčacieho mäsa
- 500 g čínskej kapusty alebo ľadového šalátu
- mango
- jablko
- téglik bieleho jogurtu do 3 % tuku
- citrón
- mletý čerstvý zázvor
- soľ
- olej

Postup:

Morčacie mäso nakrájajte na rezance a premiešajte v marináde z jogurtu, zázvoru, citrónu a oleja a urestujte ho. Medzitým si nakrájame čínsku kapustu alebo ľadový šalát, mango a jablko. Ovocie pokvapkáme citrónom, aby nezhnadlo. Potom všetko zmiešajte dohromady.