

Женский салат «Любимый»



2-3 моркови, 2 чайные ложки сахара, 50 г изюма, 100 г твердого сыра, 1-2 зубчика чеснока, 2-3 варёные свеклы, 100 г чернослива, 50 г грецких орехов, 100-150 мл йогурта или майонеза, зелень.

Натереть на тёрке соломкой сырую морковь, твёрдый сыр, варёную свеклу, перемешать. Добавить изюм, чернослив, нарезанный соломкой, чеснок, пропущенный через чеснокодавилку. Заправить несладким йогуртом или майонезом.

Выложить в салатник горкой, посыпать тёртыми грецкими орехами. Украсить зеленью петрушки.

Время приготовления 30 минут