

Arbuz z serem feta

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 15 minut

Liczba porcji: 8

Przygotowanie :

1. Arbuz pokrój na kawałki grubości 2-3 cm. Wykrój z nich szklanką lub foremką 8 okrągłych plastrów. Cztery rozmieść na talerzu, a pozostałe odłóż.
 2. Szklanką/ foremką wytnij 4 okrągłe plastry z fety. Ułóż je na plastrach arbuza i dodaj po liściu bazylii.
 3. Na wierzchu ułóż pozostałe plastry arbuza. Cebulę pokrój w cienkie plasterki i rozmieść je dekoracyjnie na samym szczycie. Do momentu podania przechowuj w lodówce.
-

Wskazówki :

1 porcja: 131,0 kcal

Charakterystyka dania: Danie wegetariańskie, danie wegańskie, bez glutenu, niski ładunek glikemiczny (ŁG), wysokobiałkowe (>B)