

# PRZEPISY FIT&EASY



## SPRING ROLLS - POŻYWNIE, LEKKO, ŚWIEŻO

### Przygotowanie:

Paprykę i ogórka pokrój na krótkie paseczki. Mięso pokrój w paski, dopraw i grilluj. Płatki papieru ryżowego zanurz na chwilę w ciepłej wodzie, połów na deskę, aż zmiękną, a następnie nakładaj garstkę mieszanki sałat, paprykę, ogórka i mięso. Zawień jak kromki. Przygotuj sos: zmieszaj 3 łyżki majonezu, 2 łyżki jogurtu greckiego, parę kropel sosu sojowego i sok z jednej limonki. Posyp pokrojonym szczypiorkiem. Smacznego!

Przepis i zdjęcie pochodzi ze strony [Oomnomnomnom!](http://Oomnomnomnom!)

### Składniki:

Papier ryżowy  
Mieszanka sałat [Fit&Easy Weekend](#)  
Ogórek  
Żółta i czerwona papryka  
Mięso z kurczaka z rożna/grillowany kurczak, indyk, boczek/wędlina  
Sos:  
3 łyżki majonezu  
2 łyżki jogurtu greckiego  
1 limonka  
Parę kropel sosu sojowego  
Szczypiorek