**Sałatka z mniszka**

-200g świeżo zebranych liści mniszka

-5 marchewek

-2 kubeczki jogurtu naturalnego

-2 łyżeczki cukru

-pół cytryny

-sól, pieprz

Po dokładnym umyciu i oczyszczeniu liści mniszka pod należy bieżącą wodą osuszyć i rozdrobnić palcami. Następnie oczyścić marchewki i pokroić je w dość cienkie plasterki. Przełożyć warzywa do salaterki, odłożyć do lodówki wyjąć bezpośrednio przed podaniem. Teraz należy przygotować sos, wlewając do dość dużej miski jogurt i dodając do niego sok z cytryny, cukier, szczyptę soli i pieprzu. Dokładnie wymieszać drewnianą łyżką, aż do uzyskania gładkiej konsystencji. Na krótko przed podaniem polać warzywa sosem i dobrze wymieszać, tak by otrzymać sałatkę.

**Salad with dandelion**

-200 grams of freshly harvested dandelion leaves

-5 carrots

-2 cups of natural yogurt

-2 teaspoons of sugar

-half a lemon

-salt, pepper

After thorough washing and cleaning the dandelion leaves under running water, they should be dried and crumbled with your fingers. Then clean the carrots and cut them into narrow stripes. Put the vegetables into salad bowls, place them in a fridge. Take them out directly before serving. Now you should prepare the sauce. Pour the yoghurt into a large bowl and add the lemon juice, sugar, a pinch of salt and pepper. Mix well with a wooden spoon, until it is of a smooth consistency. Short time before serving pour the sauce on the vegetables and mix.