

Lista della spesa per patate con insalata di carote e bruschetta



Gli ingredienti necessari sono:

300 g patate da raclette

200 g di carote

2 fette di pane tostato

½ dl di succo di arancia

1 cucchiaio di yogurt naturale

1 spicchio d'aglio

1 cucchiaio di burro

150 g di quark magro nature

1 cucchiaio di crème fraîche

1 mazzetto di erba cipollina

1 presa di sale

1 presa di pepe