

Salát Kleopatra

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: andrea



Suroviny

Porce: 2

- Salát Lollo Biondo nebo římský salát 1 ks
- Olivový olej 2 lžíce
- Žloutek 1 ks
- Ostřejší hořčice 1 lžička
- Sardelová očka s kapary 1 balení
- Kuřecí prsíčka 200 g
- Avokádo 1 ks
- Sůl a pepř 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Žloutek a hořčici dáme do misky, za stálého šlehání postupně po kapkách přidáváme olej. Směs začne bělat a houstnout, zhruba po 5 minutách takto vytvoříme čerstvou majonézu. Kuřecí prsíčka nakrájíme na kostičky a osmahneme na lžici oleje, až zbělají. Očištěný salát natrháme rukama (při krájení nožem zbytečně unikají cenné vitaminy) do mísy, přidáme kousky masa, sardelová očka a na malé kostičky nakrájené avokádo. Přelijeme majonézou a zlehka promícháme. Příliš nesolíme, očka jsou velmi slaná. Podáváme ihned.