

# Rýžový salát s kuřecími kousky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



## Suroviny

**Porce:** 4

- Kuřecí prsa 300 g
- Sterilovaná kukuřice 1 ks
- Jasmínové rýže 200 g
- Sójová omáčka 1 lžíce
- Horká voda 1 lžička
- Med 1 lžička
- Česnek 2 stroužek
- Pórek 1 ks
- Tatarská omáčka 1 ks
- Bílý jogurt 1 ks
- Petrželová nať 1 ks
- Olivový olej na smažení 1 ks
- Sůl 1 ks

**Doba přípravy:** 30 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Míchání

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Na přípravu použijeme kuřecí kousky naložené v marinádě z medu, sójové omáčky a horké vody, trochu osolíme a přidáme oloupaný a prolisovaný česnek. Kuřecí necháme marinovat nejlépe přes noc, ale stačí i 1 - 2 hodiny.

Jasmínovou rýži uvaříme doměkka podle návodu na obalu.

Pórek očistíme a nakrájíme na tenká kolečka. Sterilovanou kukuřici slijeme.

Kuřecí kousky zprudka osmahneme na rozpálené pánvi s troškou olivového oleje.

Připravíme si velkou mísu, kde smícháme rýži, maso a zeleninu. Přidáme jogurt a tatarskou omáčku, všeho podle chuti. Nakonec zasypeme čerstvou petrželovou natí.

Rýžový salát s kuřecími kousky podáváme bez další přílohy.