

Kuřecí salát s mangem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Červená cibule 1 ks
- Mangové čatní 2 lžička
- Vařená krůtí prsa 500 g
- Nízkotučný bílý jogurt 60 g
- Majonéza 4 lžíce
- Kari pasta 2 lžička
- Ledový salát 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Majonézu promícháme s kari pastou, nízkotučným jogurtem, citronovou šťávou a mangovým čatní.

Oloupanou červenou cibuli nakrájíme na velmi tenká kolečka. Vařené krůtí nebo kuřecí maso nakrájíme na malé kostičky nebo proužky. Maso dobře promícháme s mangovou směsí a salát necháme vychladit.

Kuřecí nebo krůtí salát s mangem podáváme na salátovém lůžku jako zdravou dietní svačinku. Salát můžeme podávat s celozrnným čerstvým pečivem.