

Zeleninový salát s kuřecími nudličkami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Kuřecí prsa 2 ks
- Solamyl 1 lžíce
- Rajče 4 ks
- Červená paprika 1 ks
- Vejce 1 ks
- Ledový salát 1 ks
- Zelená paprika 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Chilli koření 1 špetka
- Olej 1 ks
- Citrónová šťáva 1 lžíce
- Olivový olej 50 ml
- Čerstvá pažitka 1 lžíce

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Maso omyjeme, osušíme, nakrájíme na delší tenké nudličky a obalíme v solamylu. Vejce rozšleháme, ochutíme solí a chilli kořením. Papriky omyjeme, zbavíme jádřinců a nakrájíme na stejnoměrné kousky. Salát očistíme a ručně natrháme na menší kousky. Rajčata omyjeme, rozkrojíme na půlky a nakrájíme na plátky.

Připravíme si zálivku: Olivový olej smícháme s citronovou šťávou, osladíme, osolíme, opepříme a promícháme s nasekanou pažitkou.

Obalené kuřecí nudličky promícháme s rozšlehaným, ochuceným vejcem a usmažíme na rozpáleném oleji dozlatova.

V míse promícháme salát, papriky a rajčata se zálivkou.

Zeleninový salát rozdělíme na porce a navrch rozložíme kuřecí osmažené a okapané nudličky. Ihned podáváme s čerstvou bagetou a jogurtovými dresinky.