

Gyros zeleninový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Balkánský sýr 1 ks
- Zakysaná smetana 1 ks
- Olej 2 lžíce
- Kuřecí prsa 2 ks
- Paprika 3 ks
- Čínské zelí 1 ks
- Rajče 3 ks
- Koření na gyros 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

Kuřecí prsa nakrájíme na malé nudličky a naložíme do koření s olejem.

Papriky omyjeme, rozpůlíme, očistíme a dáme na cca 15 minut zapéct do trouby (200°C/gril). Po upečení necháme papriky trochu vychladnout, oloupeme a nakrájíme na nudličky.

Kuřecí prsa vložíme na rozpálenou pánev a zprudka osmahneme. Necháme vychladnout.

Rajčata a zelí omyjeme. Společně se sýrem nakrájíme a vložíme do větší mísy. Přidáme studené papriky, maso, smetanu a zamícháme. Podle potřeby dosolíme, ale většinou není třeba, maso i sýr

jsou dost slané.

Vynikající přílohou ke gyros zeleninovému salátu je arabský chléb nebo celozrnné pečivo.