

Pestrý těstovinový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Jogurt 1 ks
- Těstoviny 300 g
- Olej 1 ks
- Citrón 1 ks
- Paprika 2 ks
- Cukr 1 ks
- Rajče 3 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Ementál 150 g
- Kuřecí prsa 400 g

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

Tvarově zajímavé těstoviny uvařte v osolené vodě, slijte a propláchněte vodou, přidejte do nich lžíci oleje. Maso opečte na pánvičce z obou stran, osolte ho a opepřete. Nakrájejte ho potom asi na centimetrové plátky. Sýr také nakrájejte, ale na větší kostky, rajčata a papriku nakrájejte na kousky nebo nudličky. Do jogurtu vmíchejte citronovou šťávu, sůl, pepř a cukr, všechny přísady na salát smíchejte a přelijte zálivkou.