

Salát z kuřecího masa s ananase

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Kečup 4 lžíce
- Ocet 2 lžíce
- Sójová omáčka 2 lžíce
- Kuře 1 ks
- Ananas 1 ks
- Cibule 2 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 75 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Kuře očistíme, omyjeme a v osolené vroucí vodě uvaříme doměkka. Pak ho stáhneme z kůže, zbavíme kostí a pokrájíme na kousky. Z kuřecího vývaru odebereme dvě lžíce.

Cibuli oloupeme a nakrájíme na tenká kolečka, ananas slijeme a nakrájíme na malé dílky. I z ananasové šťávy odebereme 2 lžíce na zálivku.

Odložený vývar, kečup, sójovou omáčku, ananasovou šťávu a ocet svaříme do zálivky.

V míse promícháme kuřecí maso, ananas a cibuli, přelijeme ještě horkou zálivkou, promícháme a necháme vychladnout. Pak jej uložíme do lednice na rozležení.

