

Salát z kuřete

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Jablko 4 ks
- Čekankové puky 2 ks
- Mandlové lupínky 1 lžíce
- Pečené kuřecí maso 250 g
- Pomeranč 2 ks
- Kysaná smetana 1 ks
- Kopr 1 ks
- Cukr 1 ks
- Olivový olej 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Pečené nebo vařené kuřecí maso nakrájíme na kostičky a dáme do mísy. Přidáme oloupaná a na kostky nakrájená jablíčka, pomeranče a na proužky nakrájené čekankové puky. Přidáme mandlové lupínky.

Z citronové šťávy, oleje, cukru a špetky soli vymícháme zálivku.

Salát z kuřete zalijeme připraveným nálevem a necháme rozležet.

Proleželý salát z kuřete rozdělíme do misek, přidáme lžici kysané smetany a snítku kopru. Podáváme jako zdravý a trochu exotický hlavní chod.