

# Kuřecí zeleninový salát

**Kategorie:** [Zdravá strava](#)

**Autor:** afaltynkova



## Suroviny

**Porce:** 4

- Kysaná smetana 200 ml
- Jogurt 175 ml
- Worcester 1 lžíce
- Citrónová šťáva 2 lžíce
- Květák 1 ks
- Pečené kuře 1 ks
- Petržel 2 lžíce
- Červená paprika 1 ks
- Mrkev 1 ks
- Cukr 1 špetka
- Jarní cibulka 2 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

**Doba přípravy:** 75 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Míchání

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Kuře upečeme tak, jak jsme zvyklí. Pečené kuře zbavíme kůže. Maso vykostíme a nakrájíme na plátky. Mladé cibulky pokrájíme na tlustší kolečka. Oloupaný celer a mrkev nastrouháme. Květák rozdělíme na růžičky a na 10 minut vložíme do studené vody, necháme okapat. Papriku očistíme a nakrájíme na tenké nudličky.

Z kysané smetany, jogurtu, citronové šťávy, worcestru, špetky cukru a nasekané petrželky připravíme omáčku.

Omáčku smícháme se salátovými přísadami, masem a salát ještě dochutíme solí a pepřem.

Vhodnou přílohou ke kuřecímu zeleninovému salátu je toastový chléb nebo opékané brambory. Záleží, jak chceme mít jídlo vydatné.