

Kuřecí salát s fetou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Ledový salát 50 g
- Česnek 2 stroužek
- Feta 50 g
- Kuřecí prsa 400 g
- Kadeřavý salát 50 g
- Cherry rajčata 150 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 2

Postup:

Umyté a osušené kuřecí prsa nakrájíme na kostičky nebo na nudličky.

Na troše olivového oleje orestujeme rozmáčkнутý česnek ve slupce. Jakmile ucítíme vůni česneku, ihned ho vyjmeme a vložíme nakrájené kuřecí maso. Maso opeříme čerstvě mletým pepřem a osolíme. Kuřecí kousky restujeme doměkka a dokřupava. Hotové kousky vyjmeme do mísy, pokapeme olivovým olejem a promícháme. Necháme vychladnout.

Čisté a osušené listy salátu natrháme na kousky, nebo nakrájíme na slabé proužky keramickým nožem. Umytá rajčátka nakrájíme na malé kousky. Zeleninu vložíme do mísy, osolíme, pokapeme olejem olivovým a citronovou šťávou. Dobře promícháme.

Fetu nakrájíme na kostičky a spolu s kuřecími kousky vložíme k nakrájené zelenině. Salát přikryjeme potravinářskou folií a uložíme do lednice. Kuřecí salát s fetou vyjmeme asi 10 minut před konzumací z lednice.

Kuřecí salát se fetou podáváme s čerstvým pečivem.