

Lehký zeleninový salát s jogurtem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Suzannka



Suroviny

Porce: 4

- Kuřecí prsa 2 ks
- Okurka 1 ks
- Rajčata 2 ks
- Paprika 1 ks
- Ledový salát 10 plátek
- Hustý bílý jogurt 10 lžíce
- Sůl 1 špetka
- Pepr 1 špetka

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Kuřecí prsa omyjeme, osušíme a nakrájíme na kostičky, osolíme a opeříme. Osmahneme doměkka na pánvi. Okurku a papriku očistíme a nakrájíme na kostičky. Rajčata omyjeme a nakrájíme na kostičky. Listy ledového salátu omyjeme a nakrájíme na kostičky.

Zeleninu dáme do mísy, smícháme s kuřecím masem vychladlým. Přidáme jogurt a opatrně zamícháme. Dle chuti dosolíme a dopeříme.