

Kuřecí salát s kukuřicí

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 2

- Kukuřičné klasy, předvařené 2 ks
- Fazolky 1 svazek
- Kuřecí prsní řízky 200 g
- Olivový olej na poření 1 ks
- Pálivá paprika 1.2 lžička
- Mletý kmín 1.2 lžička
- Cherry rajčata, přepůlená 125 g
- Červená cibule, tence pokrájená 1 ks
- Římský salát, rozdělený na listy 1 ks
- **Na jogurtový dresink**
- Česnek, rozmělněný nožem 1 stroužek
- Světlý vinný ocet 1 lžíce
- Sůl, pepř - dle chuti 1 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

1. Nejprve připravte jogurtový dresink - jogurt, česnek, ocet a lžici vlažné vody smíchejte v misce. Podle chuti osolte a opepřete a dejte stranou.
2. Předvařené kukuřičné klasy 10 až 12 minut grilujte na rozpálené grilovací pánvi. Pak ji sejměte z

ohně a palice nakrájejte na 2 cm silná kolečka

3. Fazolky 4-5 minut povařte ve vroucí vodě a pak je zchladte pod tekoucí studenou vodou.

4. Kuřecí řízek rozřízněte na dva díly a oba potřete olejem a posypte směsí papriky a kmínu. Grilujte 5 minut z každé strany.

5. Nakonec vše smíchejte v míse: kuře, fazolky, kukuřici, rajčata, cibuli a rozdělené listy salátu. Navrch dejte dresink.