

Zeleninový salát s kuřecím masem II

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Kuřecí prsa 200 g
- Okurka 1 ks
- Ledový salát 1 ks
- Olivový olej 2 lžíce
- Olej na smažení 2 lžíce
- Paprika 2 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Sušená bazalka 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zeleninu omyjeme, očistíme, nakrájíme na malé kousky a dáme do mísy, kde všechny druhy promícháme.

Kuřecí maso nakrájíme na menší kousky, osolíme, opepříme, přidáme bazalku a opečeme na oleji na pánvi.

Opečené maso dáme okapat na ubrousek, po okapání položíme na zeleninový salát a zakapeme olivovým olejem, můžeme ještě přisolit.

Tento zeleninový salát s kuřecím masem podáváme samotný nebo s pečivem.