



Zeleninový salát s kuřecím masem

Ingredience

kuřecí prsa: **250 g**
směs salátů (ledový, polníček, rukola,...): **100 g**
cherry rajčata: **8 ks**
papriky: **2 ks**
salátová okurka: **1 ks**
avokádo: **1 ks**
citrónová šťáva: **1 PL**
olivový olej
sůl
bílý pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Kuřecí maso nakrájíme, na grilovací pánvi s olejem maso orestujeme, dokud není propečené. Osolíme a opeříme. Avokádo oloupeme, zbavíme ho pecky,...

Zeleninový salát s kuřecím masem - recept

Kuřecí maso nakrájíme, na grilovací pánvi s olejem maso orestujeme, dokud není propečené. Osolíme a opeříme.

Avokádo oloupeme, zbavíme ho pecky, nakrájíme a zakápneme citrónovou šťávou, aby nezhnědlo. Nakrájíme také **papriku, rajče a okurku**. Zeleninu dáme do mísy, ochutíme pepřem, solí, olivovým olejem a promícháme.

Před podáváním si připravíme listový salát, který důkladně omyjeme a necháme okapat. Následně jej můžeme natrhat na jednotlivé listy, které ochutíme sladkokyselým nálevem ze salátu. Pak jej rozložíme na dno talířů, na kterém budeme **zeleninový salát s kuřecím masem** servírovat. Ideální přílohou je **opečená bageta**.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí