

Sałatka ryżowa ze szparagami, porem i kurczakiem



APM



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

ryż	1 woreczek
szparagi zielone	500 gram
por (biała część)	1 sztuka
czosnek	1 ząbek
filet z kurczaka	2 sztuka
sól	do smaku
pieprz	do smaku
Papryka słodka mielona Prymat	do smaku
olej	aromatyzowany czosnkiem
limonka	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ryż ugotować wg. przepisu na opakowaniu w lekko osolonej wodzie.

Ze szparagów odłamać zdrętwiałe końcówki, umyć i gotować je w osolonej wrzącej wodzie ok. 6 minut.

Kurczaka natrzeć solą, pieprzem i papryką, usmażyć go na niewielkiej ilości oleju.

Pora umyć, pokroić, wrzucić do miski posolić i odstawić.

Ostudzone szparagi pokroić w krążki, wymieszać w misce razem z porem, ryżem, solą, pieprzem i olejem (oleju dodać ile się chce), dodać ząbek czosnku przeciśnięty przez praszkę.

Sałatkę podawać z pokrojonym kurczakiem i ćwiartką limonki na talerzu, przed jedzeniem skropić całość sokiem.

