

Sałatka z czosnku niedźwiedziego z dodatkiem kurczaka, sera houllumi i pomarańczy



JAGÓDKA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

Czosnek niedźwiedzi suszony Prymat	120 g (młode, świeże liście)
ser halloumi	150 g
filet z kurczaka	1
pomarańcza	1 słodka, bezpestkowa
Dressing pomarańczowy	
sok z pomarańczy	5 łyżek (wyciśnięty)
miód płynny	5 łyżek
musztarda	2 łyżki
olej rzepakowy	1 łyżka
skórka pomarańczowa	1 łyżeczka (otarta ze świeżej poma
sok z cytryny	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Dressing

Wszystkie składniki dressingu dokładnie łączymy ze sobą. Ważne, aby zarówno do dressingu jak i sałatki użyć słodkich pomarańczy.

Sałatka

Patelnię grillową mocno rozgrzewamy, smarujemy lekko olejem rzepakowym i układamy pokrojony w plastry ser halloumi. Zmniejszamy ogień i grillujemy ser z obu stron. Przekładamy na talerzyk. Filet z kurczaka kroimy na mniejsze kawałki, doprawiamy do smaku ulubioną przyprawą. Patelnię smarujemy lekko olejem rzepakowym i grillujemy mięso z każdej strony. Pomarańczę obieramy ze skóry, usuwamy z wierzchu białą błonkę i kroimy w cienkie plastry, a następnie na cztery części. Liście czosnku niedźwiedziego kroimy na mniejsze kawałki i przekładamy na talerz. Układamy kolejno kurczaka, ser i cząstki pomarańczy. Przed podaniem polewamy przygotowanym wcześniej dressingiem.

* użyłam sera z dodatkiem chili