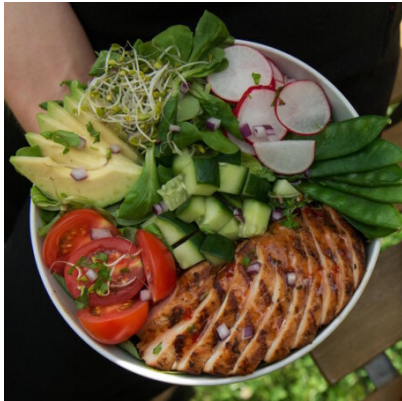


Sałatka z grillowanym kurczakiem



MOMIS4



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Sos do sałatki:

tahini pasta sezamowa	2 duża łyż.
sos sojowy	1 łyżeczka
sok z cytryny	1 duża łyż.
oliwa	1 duża łyż.
czosnek	1 ząbek
woda letnia	1 łyżeczka
pieprz	1 szczypta

Marynata do kurczaka:

sos sojowy	2 duża łyż.
miód	1 duża łyż.
czosnek	1 ząbek
sól	1 szczypta

Składniki na sałatkę:

roszponka	2 garści
pomidorki cherry	5 sztuk
awokado	1 ćwiartka
rzodkiewka	3 sztuki
ogórek zielony	1 ćwiartka
grozek cukrowy	1 garść

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Pojedynczą pierś z kurczaka dzielimy na dwie porcje i wstawiamy z marynatą na ok. 2h do lodówki, następnie kroimy wszystkie składniki i odkładamy je na bok.

Zamarynowanego kurczaka smażymy na grillu po kilka minut z każdej strony.

Na dnie miski mieszamy składniki sosu do uzyskania jednolitej konsystencji.

Na przygotowany sos kładziemy pokrojone warzywa w podany na zdjęciu sposób.

Gdy kurczak jest gotowy odkładamy go na by odpoczął i po ok. 5 min. kroimy w cienkie plasterki którymi dekorujemy naszą sałatkę.