

Sałatka z pierśią, jajkami przepiórczymi i słońcem



OLA1984



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

sałata masłowa	10 liści
pierś z kurczaka pieczona	1 sztuka
jajka przepiórcze	14 sztuk
pomidorki koktajlowe	12 sztuk
kukurydza w puszcze	4 łyżki
groszek konserwowy	4 łyżki
słonecznik ziarna	2 łyżki

Dressing

olej	3 łyżki
musztarda miodowa	1 łyżka
sól	2 szczypty
czarny pieprz mielony Prymat	1 szczypta
cukier	1 szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziarna słonecznika uprażyć na suchej patelni. Jajka przepiórcze ugotować na twardo przez ok. 4 minuty. Ostudzić i obrać ze skórki. Sałatę porwać na kawałki, ułożyć w misce. Dodać pokrojoną na plastry pierś z kurczaka, pokrojone na połówki jajka, pomidorki koktajlowe, kukurydzę i groszek. Sałatkę posypać słonecznikiem. Składniki dressingu połączyć. Sałatkę polać dressingiem na chwilę przed podaniem. Wymieszać.

