

SALATKA MAKARONOWA Z ORZECHAMI



JADWIGA18



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

makaron	20 dag
pomidor	2
masło	1 łyżka
papryka żółta	1
por	2
sałata karbowana	około 6 listków
awokado	1
jogurt naturalny	1 mały kubeczek
pieprz, sól, papryka ostra	do smaku
szczypiorek	kilka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Makaron należy ugotować zgodnie z przepisem na opakowaniu. Orzechy włoskie drobno siekamy. Pierś z indyka lub kurczaka kroimy w kostkę i smażymy na maśle., doprawiamy do smaku solą i pieprzem oraz papryką.

Por i paprykę drobno kroimy. Z pomidorów usuwamy skórkę i dzielimy każdy na osiem części. Awokado obieramy i kroimy w słupki oraz skrapiamy octem winnym. Sałatę rwiemy na kawałki i mieszamy wszystkie składniki razem.

Wyciskamy z pomarańczy około 2 łyżek soku i mieszamy z jogurtem oraz posiekanym szczypiorkiem. Zaprawiamy sosem sałatkę.