

Sałatka z kurczakiem



DOROTA76



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka	20 dag
fasolka szparagowa (mrożona)	pół szklanki
sałata	kilka liści
olej	łyżka
śliwki marynowane w occie	kilka
kukurydza w puszcze	pół
kiełki słonecznika	
sól	
papryka czerwona	pół
ryż	(ugotowany na sypko)

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Fasolę ugotować w osolonym wrzasku na półmiękkko, odcedzić i ostudzić. Mięso opłukać, pokroić na kawałki, opruszyć przyprawami usmażyć na oleju ostudzić. Paprykę pokroić na paski, kukurydzą i śliwki odsączyć, śliwki pokroić na kawałki. Ryż wymieszać z pozostałymi składnikami przyprawić do smaku. Liśćmi sałaty wyłożyć salaterkę i przełożyć do niej sałatkę