

## sałatka z kurczaka na cxykorii



**SYLWIA78**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

|                              |         |
|------------------------------|---------|
| <b>filet z kurczaka</b>      | 40 dag  |
| <b>sól, pieprz</b>           |         |
| <b>olej</b>                  | 4 łyżka |
| <b>Bulwa kopru włoskiego</b> |         |
| <b>cykorie</b>               | 2 szt   |
| <b>pomarańcza</b>            | 1 szt   |
| <b>cebula czerwona</b>       | 1 szt   |
| <b>biały ocet winny</b>      | 2 łyżki |
| <b>żórawina do dekoracji</b> |         |

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

filety z kurczaka opruszamy sola i pieprzem. Na patelni rozgrzewamy 2 łyżki oleju wkładamy mieso i smazymy 15 minut. od czasu do czasu obracając aby filet usmażył się równomiernie. Wystudź. Z Cykorii poobrywaj liście a bulwę kopru kroimy w plasterki. Pomarańcze dokładnie obieramy usuwamy białą skórkę wycinamy czastki z resztek wyciskamy sok. Cebule kroimy na talarki. Zupełnie zimne filety z kurczaka kroimy na plasterki. Tłuszcz ze smażenia łączymy z sokiem z pomarańczy dodajemy ocet i resztkę oleju. Przeprawiamy. Składniki rozkładamy na półmisku, polewamy sosem.