

Salát s kuřecími prsíčky a těstovinami

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

bílý mletý pepř
stroužek česneku
500 g kuřecích prsou
300 g mraženého hrášku
Ingredience::
4 lžíce vinného octa
6 lžic rostlinného oleje
1 cibule
20 g sýra parmezán
8 rajčat
bazalky
sůl

Postup

Postup přípravy: Těstoviny uvaříme podle návodu na obalu. Dáme okapat a vychladnout. Kuřecí prsíčka omyjeme, osušíme a ochutíme solí a pepřem. Na lžici horkého oleje je pak asi 10 minut opékáme a necháme je také vychladnout. Hrášek 2-3 minuty prohříváme ve vařící vodě a dáme okapat. Rajčata opláchneme a nakrájíme na plátky. Mísu vyložíme rajčaty (několik plátků si odložíme stranou). Bazalku opereme, osušíme a nakrájíme nadrobno. Cibuli a česnek rovněž oloupeme a nakrájíme. Ocet, cibuli, česnek, bazalku, sůl a pepř smícháme, přidáme zbytek oleje. Těstoviny, hrášek a zbylá rajčata promícháme a zalijeme octovou zálivkou. Hotovou směs rozložíme na mísu s připravenými plátky rajčat. Kuřecí maso nakrájíme na kousky a poklademe jimi směs. Posypeme parmezánem či jiným tvrdým sýrem a podáváme.