

Indické kuře s mangovým salátem

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

sůl ,pepř na dochucení chlebové plačky k podávání
koření) 1 velké zralé mango Yi okurky, nebo 1 malá % malé červené cibule hrst čerstvých koriandrových
lístků 150 ml zakysané smetany nebo bílého
0,5 limetky - jogurtu šťáva a nastrohaná kůra z
4 prsní kuřecí řízky
1 lžíce garam masaly (indické směsi
olivový olej na pokapání

Postup

- 1 Rozpalte pánev s nepřilnavým povrchem. Kuře potřete olejem i garam masalou, případně osolte. Z každé strany ho opékejte asi šest minut, až získá kůrčičku a bude propečené.
- 2 Mezitím oloupejte mango a rozkrájejte ho na úzké klínky. Okurku podélně rozpulte a šikmo pokrájejte na tenké plátky. Cibuli nakrájejte na jemná kolečka. Pak přísady na salát smíchejte s koriandrovými lístky a rozdělte na talíře.
- 3 Zakysanou smetanu zamíchejte s limetovou šťávou a kůrou, podle chuti osolte i opepřete a navršte z ní kopečky na talíře. Pečená prsíčka příčně nakrájejte na silné plátky, naaranžujte k salátu a podávejte s chlebovými plackami.