



przepisy.pl

# Grillowana pierś z kurczaka, ziemniaki pieczone, surówka z kalafiora, ogórek zielony, dip czosnkowo-ogórkowy



30 minut 4 osoby Łatwe

## Składniki:

- mała grillowana pierś z kurczaka - 4 sztuki
- opiekane ziemniaki - 16 sztuk
- rozmaryn - 1 szczypta
- Flora ProActiv o smaku masła** - 8 łyżeczek

## surówka z kalafiora

- kalafior - 2 sztuki
- jogurt naturalny - 12 łyżek
- koperek - 8 łyżek

## dip czosnkowo-ogórkowy

- jogurt naturalny - 12 łyżek
- ogórek zielony - 2 sztuki
- ząbek czosnku - 4 sztuki
- bazylii - 8 listki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

## Sposób przygotowania:

1. Lekko rozbitą pierś z kurczaka przygotuj na patelni grillowej.
2. Obgotowane w mundurkach ziemniaki upiecz w piekarniku z odrobiną rozmarynu. Podawaj z Florą ProActiv o smaku masła.
3. Surowego kalafiora zetrzyj na tarce o drobnych oczkach lub rozdrobnij przy użyciu melaksera. Dodaj posiekany koperek, jogurt naturalny i wymieszaj.
4. Jogurt wymieszaj z przeciśniętym czosnkiem. Dodaj startego na tarce o grubych oczkach ogórka, posiekane listki świeżej bazylii i wymieszaj.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)