



przepisy.pl

Sałatka z kurczakiem i pomarańczami



 30 minut  5 osób  Łatwe

Składniki:

- pierś z kurczaka - 5 sztuk
- sałata karbowana ciemna - 0.5 sztuk
- sałata karbowana zielona - 0.5 sztuk
- Mieszanka ziół i przypraw Bałkańska z Trybulą** - 0.5 opakowań
- rucola - 100 gramów
- pomarańcze - 2 sztuki
- Sos sałatkowy koperkowo-ziolowy Knorr** - 1 opakowanie
- pomidorki koktajlowe - 200 gramów
- cebula czerwona - 1 sztuka
- olej - 5 łyżek
- oliwki czarne - 80 gramów
- oliwa z oliwek - 6 łyżek
- woda - 3 łyżki
- cytryna - 0.5 sztuk

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

Sposób przygotowania:

1. Mięso oczyść z błon i rozbij lekko tłuczkiem, aby miało grubość nie większą niż 2 cm.
2. Fix Knorr wymieszaj z olejem i natrzyj nią mięso.
3. Przełóż kurczaka wraz z marynatą do torebek dołączonych do opakowania Fix Knorr. Następnie zamknij szczelnie woreczki i smaż mięso na patelni około 10 minut, odwracając je co jakiś czas.
4. Liście sałaty porwij na mniejsze kawałki, pomidorki pokrój w ćwiartki, a pomarańczę dokładnie obierz i pokrój w cząstki, np. ósemki. Cebulę i oliwki pokrój w krążki. Wymieszaj delikatnie składniki i umieść w misce.
5. Sos sałatkowy Knorr połącz z oliwą, sokiem z cytryny oraz wodą.
6. Gotowym dressingiem polej sałatkę.
7. Usmażone piersi z kurczaka wyjmij ostrożnie z torebek. Delikatnie potnij pod kątem na plastry i połóż na sałatce. Podawaj natychmiast po przygotowaniu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl