



przepisy.pl

Sałatka z ryżem i tuńczykiem



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- ryż biały długoziarnisty - 150 gramów
- Bulionetka drobiowa Knorr** - 1 sztuka
- tuńczyk w puszcze - 200 gramów
- Sos sałatkowy czosnkowy Knorr** - 1 opakowanie
- czerwona papryka - 1 sztuka
- zielona papryka - 1 sztuka
- pomidory cherry - 200 gramów
- czerwona papryczka chilli - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 3 sztuki
- bagietka - 1 sztuka
- sok z 1 cytryny
- jogurt naturalny gęsty - 100 mililitrów
- oliwa z oliwek - 50 mililitrów

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

Sposób przygotowania:

1. We wrzącej wodzie rozprowadź Bulionetkę drobiową Knorr, następnie ugotuj ryż tak, aby był sypki. Odstaw do ostygnięcia.
2. Czosnek pokrój w cienkie plastry i podsmaż na oliwie. Po lekkim zarumienieniu przełóż do osobnego naczynia. Poczekaj do wystygnięcia.
3. Papryki oczyść z pestek i pokrój w drobną kostkę, a pomidorki przekrój na pół. Tuńczyka odcedź z zalewy.
4. Ryż wymieszaj z warzywami, tuńczykiem oraz plasterkami czosnku.
5. Sos sałatkowy Knorr wymieszaj z oliwą z oliwek i odrobiną wody. Chilli oraz kolendrę drobno posiekaj, wymieszaj z sokiem z cytryny, następnie dodaj do przygotowanego sosu. Połącz go z sałatką.
6. Sałatkę podawaj udekorowaną pomidorkami i polaną jogurtem. Świetnie smakuje z bagietką.

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