



przepisy.pl

Sałatka ze szpinakiem w orientalnym stylu



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- piersi z kurczaka - 400 gramów
- szpinak świeży - 400 gramów
- kawałek świeżego imbiru - 10 gramów
- Sos sałatkowy paprykowo-zielony Knorr** - 1 opakowanie
- słodki sos sojowy - 50 mililitrów
- natka kolendry - 1 pęczek
- olej sezamowy (ewentualnie oliwa z oliwek) - 50 mililitrów
- Rosół z kury z pietruszką i lubczykiem Knorr** - 1 sztuka
- olej roślinny - 150 mililitrów
- ziarna sezamu lub słonecznika - 100 gramów
- grzyby np. shiitake, boczniki lub pieczarki - 200 gramów
- czerwona cebula - 1 sztuka

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

Sposób przygotowania:

1. Pierś z kurczaka oczyść z żył i przerostów, rozetnij wzdłuż na dwie cieńsze części.
2. W misce wymieszaj kostkę rosółową z trzema łyżkami oleju i dodaj część posiekanej natki kolendry. W tak przygotowanej marynacie zanurz piersi z kurczaka.
3. Na patelni rozgrzej pozostały tłuszcz – piersi tuż przed smażeniem obtocz w ziarnie sezamowym.
4. Smaż mięso po około 4 minuty z każdej strony. Następnie przełóż je na papierowy ręcznik, aby odsączyć nadmiar tłuszczu.
5. Na tej samej patelni obsmaż pokrojone w plastry grzyby.
6. Sos sałatkowy wymieszaj ze słodkim sosem sojowym i startym korzeniem imbiru. Dodaj olej sezamowy.
7. Szpinak umyj, osusz i odetnij końcówki. Tak przygotowane listki wymieszaj z dressingiem, pokrojoną w plastry czerwoną cebulą i podsmażonymi grzybami. Rozłóż na talerze. Sałatkę podawaj z kurczakiem. Do tego dania warto dodać płyty marynowanego imbiru i udekorować je ziarnami sezamu.

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