Kiwi salát s kuřecími kousky

Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 40min , Porce: **1**

306 kalorií , **0 g** cukrů , **19 g** tuků , **27 g** bílkovin

Autor: Kantarina

Odkaz: https://srecepty.cz/kiwi-salat-s-kurecimi-kousky

Příprava

2 kolečka kiwi a několik koleček mrkve dáme stranou na ozdobení. Kuřecí maso nakrájíme na kousky a opečeme na lžíci oleje do zlatova. Kiwi oloupeme a nakrájíme na kousky, oškrábanou mrkev nakrájíme na kostičky a omyté vyjádřincované jablko i se slupkou rovněž. Jogurt promícháme s citronovou šťávou a pepřem a vmícháme do nakrájených surovin. Nakonec ozdobíme.

Ingredience

- 100 g kuřecích prsou
- 2 ks kiwi
- 1 mrkev
- 100 g bílého jogurtu
- 2 lžíce citronové šťávy
- pepř
- 1 jablko
- 1 lžíce oleje

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Něco extra, Labužník, Salát