



SAŁATKA Z KURCZAKIEM, FRANCUSKĄ BAGIETKĄ I RUKOLĄ

Przygotowanie:

Wszystkie składniki wymieszaj dokładnie z kurczakiem i serwuj na sałacie lub rukoli z bagietką francuską... lub chlebem razowym! Możesz także dodać jesienne jabłka, świeże i soczyste, pokrojone w plasterki.

Składniki:

- 1 opakowanie **Rukoli Fit&Easy**
- 2 piersi z kurczaka upieczone lub eco kurczak z różną pokrojony w plasterki (same piersi)
- 1 cytryna – wycisnij sok bezpośrednio na kurczaka
- 1 łyżka majonezu
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1/4 lub garść kolendry
- 1/4 lub garść koperku
- 1/4 filiżanki kaparów
- 1/4 lub 1/3 filiżanki orzechów pistacji lub włoskich surowych
- Kilka listków świeżej mięty
- Szczypta soli morskiej
- Szczypta czerwonej papryki lub płatków chili – opcja