

Kura s citrónom a bazalkou a bylinkový šalát

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30

Bez lepku

Postup prípravy

Rúru rozohrejeme na 180 °C. Kuracie prsia osolíme, okoreníme a osmažíme po oboch stranách na panvici s 2 lyžicami tuku. Potom prsia položíme na plech pokrytý papierom na pečenie a dáme do rúry na 6 minút. Nakrájame cibuľku na kocky, dáme do misy a pridáme citrónovú šťavu a nastrúhanú citrónovú kôru. Psia vyberieme z rúry a potrieme ich dresingom z cibule. Šaláty natrháme a dáme na tanier, posypeme bylinkami. Pripravíme si šalátovú zálievku: Šalátové korenie, 2 lyžice oleja, ocot, 3 lyžice studeného vývaru a univerzálneho korenia. Šalát polejeme zálievkou a pridáme prsia nakrájané na rezančeky.

Ingrediencie

- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Šalát hlávkový** - 150 g
- **Citróny** - 20 g
- **Bazalka čerstvá** - 3 g
- **Kuracie mäso** - 640 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Pitná voda nesýtená** - 30 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Maslo** - 10 g
- **Petržlenová vňať** - 3 g
- **Zeleninový bujón** - 10 g
- **Ocot Balsamico** - 5 g
- **Jedlá soľ** - 3 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

