

Středomořský brokolicový salát

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 15 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Brokolici dusíme na páře 4-5 minut, dokud není al dente (nebo ji vaříme, pokud chceme). Kuřecí prsa (k kusy) nakrájená na pásky opečeme na pánvi s olejem. Dochutíme solí a pepřem. V salátové misce smícháme brokolici s kuřecím masem, cherry rajčátky, sýrem feta nebo balkánem nakrájeným na kostičky, nakrájeným jablkem a nasekanými vlašskými ořechy. Vinaigrette připravíme smícháním oleje (3 PL) spolu s medovou hořčicí. Dresinkem polijme salát a dobře promícháme.

Ingredience

- **Brokolice** - 500 g
- **Rajčata** - 200 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Kuřecí maso** - 200 g
- **Vlašské ořechy jádra** - 80 g
- **Balsýr 200 g** - 100 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 1 g
- **Jablka červená** - 100 g
- **MAILLE-Hořčice s medem 200 ml** - 20 g
- **Řepkový olej 250 ml** - 40 g

