



SAŁATKA Z KURCZAKA Z RYŻEM I RODZYNKAMI

Składniki:

- 1 pierś z kurczaka
- 1 puszka brzoskwiń
- 1 puszka ananasów
- 1 puszka kukurydzy
- 150 g rodzynek (1 szklanka)
- 1 woreczek ryżu
- 1 słoik bezglutenowego majonezu (około 350 g)
- 1 pęczek włoszczyzny
- 1 cebula
- sól i pieprz do smaku

Opcjonalnie mandarynki z puszki, winogrona lub kiwi do dekoracji.

Wykonanie:

- pierś z kurczaka włożyć do garnka z zimną wodą i zagotować
- cebulę obrać ze skórki i przypalić na bezpośrednim ogniu oraz obrać włoszczyznę
- następnie garnka dodać włoszczyznę, cebulę, sól z pieprzem i gotować na małym ogniu przez około 20 - 30 minut (mięso nie może być zbyt miękkie)
- ugotowane mięso wyciągnąć z bulionu i przestudzić
- ugotować ryż zgodnie z instrukcją podaną na opakowaniu (ryż nie może być zbyt miękki)
- sparzyć, a następnie odcedzić rodzyнки, odcedzić kukurydzę, pokroić w kostkę mięso oraz odcedzić i pokroić w kostkę brzoskwinie, ananasy
- w dużej misce wymieszać pokrojone składniki z kukurydzą, rodzyнками oraz ryżem, dodać majonez i wymieszać