

Sałatka wykwintna z kurczakiem

1/2 kurczaka
1 l wywaru jarzynowego
1 średni seler
3 pomarańcze
1 kolba gotowanej kukurydzy
1 opakowanie jogurtu naturalnego
1 łyżka soku z cytryny
zielona sałata
sól, biały pieprz

Sposób wykonania :

Kurczaka ugotować w lekko osolonym wywarze jarzynowym, drobno pokroić.
Seler krótko obgotować, pokroić w drobną kostkę i skropić sokiem z cytryny.
Pomarańcze obrać ze skórki, dwa owoce pokroić w kostkę.
Połączyć wszystko z ziarnami kukurydzy, dodać jogurt i dokładnie wymieszać drewnianą łyżką, lekko doprawić solą i białym pieprzem.
Sałatkę podać na liściach zielonej sałaty, przybrać cząstkami pozostałej pomarańczy.