Sałatka z kurczakiem, ryżem i kukurydzą :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **sałatki**

Warto wiedzieć:

30 min | łatwy | 3 porcje

Składniki:

- pierś z kurczaka - 2 szt.
- ryż - 200 g
- kukurydza konserwowa - 250 g
- tahini - 1 łyżka
- sok z cytryny - 1 łyżka
- olej - 1 łyżka
- sól i pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ryż ugotuj w 0,5 l wody.
W międzyczasie pokrój kurczaka w grubszą kostkę i przypraw ulubionymi przyprawami (u mnie curry, pieprz cayenne, mieszanka ziołowa, czosnek niedźwiedzi, sól himalajska). Usmaż na oleju kokosowym.
W misce połącz odsączoną z zalewy kukurydzę, dodaj ugotowany, usmażonego kurczaka oraz pozostałe składniki - tahinę, sok z cytryny i przyprawy.
Wszystko dokładnie wymieszaj.