




## Sałatka z żurawiną podana z tostem z chleba ciemnego bezglutenowego

 MichałDabek

Polecane na: [przystawki i przekąski](#), [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 4 porcje

### Składniki:

seler konserwowy - 600 g  
kukurydza konserwowa - 300 g  
filet z kurczaka - 2 szt.  
ananas w puszcze plastry - - kilka  
żurawina - 100 g  
szczypiorek - 1 pęk

słonecznik łuskany - 150 g  
chleb ciemny bezglutenowy - 300 g  
majonez - 1 słoik  
sól himalajska - 1 do smaku  
pieprz - 1 do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Filet z piersi kurczaka gotujemy. Gotujemy wodę i parzymy żurawinę, aby trochę zmiękła. Słonecznik prażymy na patelni. Odcedzone z wody seler, kukurydza i żurawina wrzucamy do miski. Dodajemy pokrojony w kostkę ananas i ugotowany ostudzony filet z kurczaka. Siekamy szczypiorek i wraz z prażonym słonecznikiem dodajemy do reszty składników. Dajemy majonez, sól i pieprz do smaku i mieszamy. Do piekarnika lub tosterka wrzucamy ciemny chlebek bezglutenowy, podpiekamy i podajemy razem z sałatką. Smacznego ! :)