




Tabbouleh z listkami rzodkiewki, migalami, pomarańczą i kurczakiem

 Dorota Rozbicka

Polecane na: [jednogarnkowe](#), [lunchbox](#), [sałatki](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

kuskus - 1 szklanka
listki rzodkiewki - 2 pęk
migdały - 1 garść

kotlety z piersi kurczaka smażone
lub pieczone - 2 szt.

pomarańcza czerwona sycylijska -
1 szt.

pomarańcza deserowa - 1 szt.

przyprawa do sałatek - 1 łyżeczka
olej do sałatek bio - 3 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kuskus mieszamy z przyprawą do sałatek oraz posiekanymi listkami rzodkiewki, zalewamy wrzątkiem (1cm ponad składniki), przykrywamy talerzem i odstawiamy na 10 min do napęcznienia.

Pomarańcze obieramy, kroimy w kostkę.

Kotlety z kurczaka kroimy w kostkę na jeden kęs.

Wszystkie składniki mieszamy z olejem, doprawiamy do smaku.