

# Letní salát s mozzarelou



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

**191** kalorií , **99 g** cukrů , **15 g** tuků , **5 g** bílkovin

**Autor:** Ellis

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/letni-salat-s-mozzarelou>

## Příprava

Opraný a přebraný salát natrháme do mísy na menší kousky. Omyjeme rajčátka. Mozzarellu necháme okapat a pokrájíme jí na menší kousky. Kuřecí prsíčka omyjeme, osušíme papírovou kuchyňskou utěrkou a pokrájíme na jemné proužky. Slunečnicový olej rozpálíme ve větší pánvi a kousky kuřecích prsíček na něm za stálého míchání dozlatova opečeme. Maso vyjmeme, osolíme a opepříme. Na dresink smícháme olivový olej, ocet a jogurt. Osolíme, opepříme a podle chuti mírně dosladíme. Velký salátový talíř vyložíme salátem, poklademe na půlky nakrájená rajčátka, kousky mozzarely a opečená kuřecí prsa. Přelijeme dresinkem a podáváme.



### Tip k receptu

Na hotový salát můžeme ozdobně nasypat celý barevný pepř.

## Ingredience

- ✓ 1 menší ledový salát
- ✓ 125 g Mozzarely
- ✓ 150 g cherry rajčátek
- ✓ 400 g kuřecích prsou
- ✓ 1 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 3 lžíce olivového oleje
- ✓ 2 lžíce octa balsamico
- ✓ 4 lžíce bílého jogurtu
- ✓ 2 snítky bazalky
- ✓ sůl a pepř dle chuti
- ✓ cukr dle chuti

## Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Léto, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Salát