

Csirkesaláta juhtúrós öntettel



Hozzávalók:

30 dkg sült vagy főtt csirkemellfilé, 30 dkg paradicsom, 10 dkg marinált paprika, 4 főtt tojás, 1 csomó újhagyma, 2 dl tejföl, 20 dkg nem túl sós juhtúró, őrölt színes bors, só

1. A csirkemellet fél kisujnyi csíkokra vágjuk. A paradicsomot és a lecsöpögtetett marinált paprikát közepes kockákra vágjuk. Az újhagymát zöld szárával együtt nem túl vékonyan felszeleteljük. A főtt tojást 8 cikkre daraboljuk.
2. A tejfölt a juhtúróval simára keverjük, 1-2 kanálnyit a paprika olajából is hozzáadunk, borsal ízesítjük, ha kell, megsózzuk.
3. A húst a paradicsommal, a hagymával, a paprikával és a tojásokkal egy tálba tesszük, majd óvatos mozdulatokkal a juhtúrós mártással összeforgatjuk. Rövid időre letakarva a hűtőszekrénybe tesszük, hogy íze összeérjenek.

4 főre

Elkészítési idő: 15 perc

Egy adag: 395 kcal