

Салат "Фруктовая индейка"



Что нужно:

- филе индейки - 1 кг;
- зел. яблоко - 1 шт;
- груша - 1 шт;
- курага - 4 шт;
- изюм - 1/2 стакана;
- морковь - 1 шт;
- зел. лук - 1 пучок;
- чеснок - 4 зубчика;
- слив. масло - 20 г;
- мёд - 1 ч. л.;
- сахар - 1 ч. л.;
- сок лимона - 1 ст. л.;
- сметана, соль - по вкусу.

Время приготовления: 45 мин.

Описание

Приготовление

1. Филе индейки варим в подсоленной воде 40 минут, остужаем и нарезаем брусочками;
2. Изюм и курагу на 10 минут заливаем кипятком, затем курагу нарезаем пополам;
3. Зелёное яблоко и грушу очищаем от кожуры и семян, и нарезаем кубиками;
4. Морковь натираем на крупной тёрке;
5. Зелёный лук мелко рубим;
6. Чеснок пропускаем через чеснокодавилку;
7. Смешиваем все ингредиенты, солим и заправляем сметаной.