

Салат "Солнечный"



Что нужно:

- апельсин - 4 шт;
- куриное филе - 400 г;
- помидоры - 4 шт;
- сок лимона - 1 ст. л.;
- сметана, соль - по вкусу.

Время приготовления: 45 мин.

Описание

Приготовление

1. Куриное филе варим в подсоленной воде 40 минут, остужаем и нарезаем соломкой;
2. Апельсины очищаем от кожуры, нарезаем кружочками, очищаем от косточек и каждый кружочек режем на 8 частей;
3. Помидоры нарезаем дольками, затем каждую дольку режем пополам;
4. Смешиваем все ингредиенты, солим и заправляем сметаной.