



SAŁATKA Z KURKAMI I KIEŁBASKAMI Z SZYNKI

SKŁADNIKI:

Salatka:

- 2 garście rukoli
- 4 kiełbaski z szynki Sokolów
- 2 garście świeżych kurek
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka masła
- 1/2 łyżeczki ostrej papryki w proszku
- sól
- 2 kawałki papryki konserwowej
- 10 czarnych oliwek
- 3 łyżki pestek dyni

Dressing:

- 3-4 łyżki oliwy z oliwek
- 1 nieduży ząbek czosnku
- 1 łyżeczka octu jabłkowego
- 1/2 łyżeczki miodu
- sól himalajska
- świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Czosnek przecisnąć przez praskę, po czym połączyć z pozostałymi składnikami dressingu, uzyskując sos o jednolitej konsystencji.
2. Pestki dyni uprażyć na suchej patelni. Kiełbaski z szynki pokroić w słupki, a następnie wrzucić na rozgrzaną patelnię i smażyć, od czasu do czasu mieszając, aż kiełbaski ładnie się zarumienią.
3. Kurki dokładnie oczyścić, umyć i osuszyć. Następnie wrzucić na rozgrzaną na patelni oliwę z oliwek. Grzyby posolić, doprawić ostrą papryką i smażyć przez 3-4 minuty, aż woda odparuje. Dodać 1 łyżeczkę masła i pozostawić na ogniu jeszcze przez 1-2 minuty. Podczas smażenia kurki

SAŁATKA Z KURKAMI I KIEŁBASKAMI Z SZYNKI

- należy mieszać, ostrożnie potrząsając patelnią.
4. Paprykę wyjąć z zalewy, dokładnie osuszyć za pomocą ręcznika papierowego i pokroić w paseczki. Oliwki posiekać w plasterki.
 5. Na półmisek wyłożyć naprzemiennie wszystkie składniki sałatki, polewając je przygotowanym dressingiem.