



# Salata s piletinom, jabukom, mrkvom, Garden good bademima i dressingom od senfa

 NAČIN PRIPREME  
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME  
< 30 min

 BROJ PORCIJA  
2

## Sastojci

1 pileći file  
5 ml maslinovog ulja  
prstohvat soli  
papar  
100 g K Plus rikule  
200 g mrkve  
150 g jabuke (1 komad)  
50 g Garden Good badema  
Za dressing:

40 g senfa  
30 ml jabučnog octa  
30 ml K Plus maslinovog ulja  
30 ml vode  
Prstohvat soli  
K Plus papar

## Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Pileći file posolite, popaprite i prelijte s 5 ml maslinovog ulja. Pecite 6 minuta sa svake strane na srednjoj vatri dok file nije dobio lijepu boju i potpuno je pečen. Sačekajte da se rashladi i narežite na kriške.

Mrkvu ogulite i naribajte. Jabuku narežite na kockice.

Izmiješajte senf, jabučni ocat, maslinovo ulje, vodu te prstohvat soli i papra pjenjačom ili vilicom dok ne dobijete ujednačenu smjesu.

U zdjelu stavite rikulu, mrkvu, jabuku, bademe i piletinu te sve prelijte dressingom. Dobro promiješajte. Dobar tek!