

Bobowa sałatka

Autor: **izek**Przepisów: **208** Ocena: **5191**

3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- Bób 400 gram
- Makaron 150 gram
- Pomidory koktajlowe 7 szt.
- Wędzona pierś z kurczaka 150 gram
- Słonecznik łuskany 4 łyżki
- Sól
- Pieprz czarny mielony

Sposób przygotowania:

- 1 Makaron gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Odcedzamy go i przekładamy do miski. Pomidory koktajlowe przekrajamy na pół. Wędzoną pierś z kurczaka kroimy w kostkę. Pokrojone składniki przekładamy do miski z makaronem. Słonecznik prażymy na suchej patelni i również przekładamy go do miski z pozostałymi składnikami.
- 2 Bób gotujemy do miękkości w lekko osolonej wodzie. Odcedzamy go i obieramy ze skórki. Przekładamy go do miski z sałatką, doprawiamy solą i pieprzem ziołowym (można dodać odrobinę jogurtu naturalnego). Całość dokładnie mieszamy.

Twoje notatki do przepisu: