



Салат с теплой курицей и авокадо

Сочная куриная грудка, свежие овощи и авокадо идеально дополняют друг друга. Легкая медово-горчичная заправка делает вкус еще ярче.

 35 мин

Ингредиенты

куриное филе — 300 г
авокадо — 1 шт.
салатный микс — 100 г
помидоры черри — 150 г

Для заправки:

оливковое масло — 2 ст. л.
лимонный сок — 1 ст. л.
мед — 1 ч. л.
дижонская горчица — 1 ч. л.

Приготовление

1. Приправьте курицу солью и перцем.
2. Готовьте в аэрогриле при 190°C 14–16 минут.
3. Нарезьте мясо ломтиками.
4. Соедините листья салата, авокадо и томаты.
5. Полейте заправкой, сверху выложите теплую курицу.

Температура и время приготовления приведены в качестве ориентира и могут изменяться в зависимости от выбранных продуктов. Возможно, Вам потребуется немного отрегулировать температуру и время приготовления.