

Salata de paste cu piept de pui



Dragii mei, astazi va prezint o salata deosebita (desi, poate, din poza de prezentare nu reiese asta :P), o salata de paste cu piept de pui, absolut delicioasa!!!!

E vorba despre niste paste speciale pe care i le-am cumparat lui Bogdi din Grecia, cu SpongeBob, si care impreuna cu un pic de carnita de pui, ardei si rosii proaspat culese din gradina, l-au saturat, si amuzat :P, pe puiul meu iubit!!!!!!!

Puteti pregati aceasta salata pentru aniversarea copiilor vostri, mai ales daca gasiti paste dragute ☐

O puteti servi micilor invitati in pahare colorate (de unica folosinta), cu un mic ornament (o tepusa colorata, in care puteti infige o felie de rosie, cascaval, etc.).

Ingrediente:

- 300 g. paste fainoase (de ex. rotite, fundite)
- 4 linguri ulei
- 400 g. file de piept de pui
- sare, piper
- 150 g. Emmentaler (sau un alt cascaval)
- 3 rosii

- 1 ardei gras rosu sau galben
- 1 ardei gras verde
- 1 lamaie
- 150 g. iaurt
- 1/2 lingurita zahar

Mod de preparare:

Fierbeti pastele dupa indicatiile de pe pachet; puneti-le in strecuratoare, dati-le prin apa rece si scurgeti-le. Amestecati-le apoi cu 2 linguri de ulei.

Spalati carnea si tamponati-o cu un servetel. Incingeti 2 linguri de ulei in tigaie si prajiti fileurile cate 3 minute pe fiecare parte. Condimentati-le cu sare si piper. Tineti carnea sub capac pana se raceste, dupa care taiati-o in felii de cca. 1 cm.

Indepartati coaja de la suprafata cascavalului si taiati-l in cuburi. Este mai usor sa faceti asta atunci cand cascavalul este foarte rece (eventual, il puteti tine 5 minute la congelator inainte de a-l taia)

Spalati rosiile si taiati-le in patru; scoateti toate partile verzi si taiat-le in cuburi.

Spalati ardeii grasi si taiati-i in felii subtiri.

Stoarceti lamaia. Amestecati sucul cu iaurt si adaugati sare si piper dupa gust.

Amestecati toate ingredientele si turnati deasupra sosul.

Foarte bune!!!!!!!!!!!!!!

Poze cu vedeta ☐





...si cu salata hranitoare ☐



Rosiile din gradina au fost ca cireasa de pe tort ☐

