

# Zeleninový tanier s kuracím mäskom

## Potrebuje

- - Bielu kapustu
- - šalát
- - uhorku
- - rajčiny
- - červenú papriku
- - kukuricu
- - olivy
- - kuracie mäso
- - biely jogurt
- - 2 ks Karička črievko
- - petržlenovú vňať
- - soľ, korenie, grilovacie korenie
- - olej

## Postup

Zeleninu si nakrájame, poukladáme na tanier, mäso si nakrájame na plátky, osolíme, okoreníme, pridáme grilovacie korenie. Necháme aspoň 10 minút postáť a následne opečieme na rozohriatom olivovom oleji. Poukladáme na zeleninku a zalejeme smotanovým dipom.

Smotanový dip si pripravíme z bieleho jogurtu a Karička črievka, ktorý zmiešame so soľou, čiernym korením, čerstvou petržlenovou vňaťou. (kto by chcel môže si pridať strúčik cesnaku)

---

Tento recept nám posielala: Michaela z Bojne

náročnosť: nízka

čas: 30 minút

porcie: 2