

# Salata od piletine s borovnicama



NAČIN PRIPREME  
Srednje složena priprema



VRIJEME PRIPREME  
< 30 min



BROJ PORCIJA  
4

## Sastojci

220 g pilećih prsa / file  
1 žličica dijoni senfa  
2 žlice sezamovog ulja  
1 žlica teriyaki umaka  
1 žličica dimljene paprike  
2 žlice sjeckanih oraaha  
2 žlice sezama  
120 g borovnica  
1 mrkva  
100 g feta sira  
100 g rikule  
sol, papar  
malo maslinovog ulja  
malo limunovog soka

## Nutritivne vrijednosti

## Skeniraj za prikaz na web stranici



Piletinu narežite na komadiće veličine zalogaja, dodajte senf, sezamovo ulje, teriyaki umak i dimljenu papriku. Sve posolite, lagano popaprite i dobro promiješajte. Ostavite tako 10 minuta.

U zagrijanu tavu dodajte malo ulja i pržite piletinu dok sa svih strana ne dobije lijepu boju. Piletinu odložite u zdjelu za salatu i ostavite da se ohladi.

Za to vrijeme očišćenu mrkvu narežite na tanke trakice, a sezam kratko popržite na suhoj tavi.

U zdjelu s piletinom dodajte narezanu mrkvu, oprane borovnice, grubo narezane orahe, tostirani sezam, feta sir narezan na kockice i rikulu. Salatu posolite, popaprite, prelijte limunovim sokom i maslinovim ulje, sve promiješajte i poslužite