

Salata sa grilovanom piletinom



težina: **lako**

za: **8 osoba**

vreme pripreme: **90 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **1/2 kg**belog pileceg mesa (otkošcenog)
- **1**srednja tikvica
- **2**zelene paprike
- **2**crvene paprike
- **140 g**kukuruza šecerca (iz konzerve)
- **140 g**graška (iz konzerve)
- **100 g**zelenih maslinki
- **3**srednja kisela krastavcica
- **200 g**šampinjona
- **200 g**feta sira (ili obicnog, kravlje, sira)
- **2**srednja paradajza
- so
- maslinovo ulje
- origano

Zacini za piletinu:

- **1** kašikaljutog kecpa
- **1** kašicicasoja sosa
- **1** kašicicabarbilo sosa
- **1/3** kašicicebibera

Priprema

Tikvice oprati, ne ljuštiti ih. Iseci ih na krugove, debljine 0,5 cm. Poreati ih u tepsiju, posoliti sa pola kašicice soli i ostaviti da tikvice otpuste vodu (ispod tepsije staviti tacnu, da tepsija bude podignuta, sa jedne strane. tako ce se voda slivati na dnu tepsije). Posle pola sata tikvice staviti izmeu dva sloja kuhinjskog papira i ispretiskati papir, da upije sav višak vode. Paprike ocistiti od semenki i iseci na kocke. Grašak i kukuruz ocediti. Krastavcice isckati na kocke i, rukom ih iscediti. Sir iseci na kocke. Paradajz, takoe, iseci na kockice. Maslinke iseci na krugove.

Sve, navedene, zacine za piletinu staviti u manju posudu i dobro sjediniti. Piletinu iseci na šnicle, 0,5 cm debljine. Svako parce mesa premazati zacinima i ostaviti u frižideru, na pola sata.

Izvaditi meso iz frižidera, ugrejati gril tiganj (staviti jednu kašiku ulja) i izgrilovati piletinu. Ostaviti da se ohladi. Kuhinjskim papirom prebrisati tiganj, pa staviti tikvice da se griluju. Ostaviti i njih da se ohlade.

Pecurkama oljuštiti prvi sloj (ne prati ih) i iseci ih na deblje listice. U tiganj staviti ulje, dobro ga zagrejati i ubaciti pecurke da se isprže. 2-3 puta ih promešati i skloniti sa vatre, kada dobiju lepu braon boju. Ostaviti da se ohlade.

Izgrilovano meso iseci na kockice i staviti ga u dublu vanglicu. Dodati krugove tikvica, presecenih na pola. Zatim dodati papriku, krastavcice, šampinjone, grašak, kukuruz i maslinke. Posoliti po ukusu (paziti na sir, ako je slan). Dobro promešati. Dodati sir, paradajz i origano. Sipati ulja, po ukusu. Promesati pažljivo, da se sir ne raspadne. Ostaviti u frižideru, na pola sata i poslužiti.

Ova salata, u potpunosti, može da zameni obrok. Idealna je za ove tople dane. Ako ne stavite odmah sir, paradajz, origano i ulje, salata sa svim ostalim sastojcima, u frižideru, može da bude i dva dana. Po potrebi uzmete salatu, dodate sir, paradajz i ulje. Promesate, pospete origanom i poslužite.

Savet