Neodoljiva salata sa piletinom i semenkama

težina: **lako**

za: **3** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 glavice**crnog luka
- **1 cen**belog luka
- **1**crvena paprika
- **1 veci** krastavac
- **1 veci ili 3 manja** paradajza
- **1**šargarepa
- **nekoliko listova**zelene salate
- **4 kašike**kukuruza
- **200 g**pileceg belog mesa
- **malo**semenki po izboru
- so
- limunov sok
- sveži peršun i bosiljak
- maslinovo ulje

Priprema

Piletinu obariti i propržiti na malo maslinovog ulja uz dodatak soja sosa. Ostaviti sa strane da se prohladi.

Povrce iseckati na komadice, šargarepu narendati, dodati kukuruz, piletinu, sok od limuna, peršun i bosiljak, maslinovo ulje, soja sos i lepo promešati. Probati i ako je potrebno malo još posoliti, soja sos je vec dovoljno slan.

Semenke propržiti na suvom tiganju dok ne dobiju lepu zlatnu bolju i odmah ih staviti preko salate. Sve lepo

promešati.

Savet

Jako zdrava, preukusna salata...