

Bulgurový salát s kuřecím masem

Ingredience:

- 1 kuřecí prso
- 80g bulguru
- 160ml vody
- Sušená rajčata dle chuti
- 1 čerstvé rajčata
- Zelené olivy
- Koření, sůl, pepř, olivový olej

Nejprve si připravíme bulgur. Nасыpeme ho do hrnce, přidáme sušená rajčata, zalijeme vodou a vaříme do změknutí. Pokud je bulgur stále tvrdý přilejeme vodu, poté necháme vychladit. Kuřecí maso zakápneme kapkou olivového oleje, okořeníme a dáme do zapékací misky a pečeme v troubě při 180°C cca 30 minut. Nakonec smícháme bulgur, olivy, nakrájené čerstvé rajče, pokrájené kuřecí maso a ozdobíme bazalkou.

