Салат цезарь

Ингредиенты:

1/2 батона (200г)
300 г куриного филе
1 большой пучок салата
50 г пармезана
1 зубчик чеснока
оливковое масло

Для заправки:

2 вареных желтка
2 ч.л. горчицы
1 зубчик чеснока
2 ст.л. лимонного сока
1 ч.л. 6% уксуса
100 мл оливкового масла
соль
перец

Рецепт приготовления:

1.Смешать 5 столовых ложек масла с 1 зубчиком чеснока, выдавленным через чеснокодавку.
Оставить на 15 минут.
2.Батон нарезать небольшими кубиками. Обжарить кусочки батона на масле с чесноком до золотистого цвета.
3.Филе нарезать небольшими кусочками. Пожарить филе на масле до готовности, посолить, поперчить.
4.Сделать заправку:
Для этого растереть желтки с горчицей.
Добавить выдавленный через чеснокодавку чеснок, перемешать.
5.Добавить уксус и лимонный сок. Затем добавить масло, хорошо перемешать, посолить и поперчить по вкусу.
6.Сыр натереть на мелкой терке.
7.Салат порвать руками, выложить на тарелки.
На салат выложить филе и сухарики. Полить соусом.
8.Посыпать пармезаном.

Bon appetit !

**Ингредиенты**

1. куриное филе - 0,5 кг
2. салат зеленый - 1-1,5 пучка
3. помидоры-черри - 1 упаковка
4. сыр твердый (типа "Пармезан") - 100 г
5. масло растительное - для обжарки сухариков
6. чеснок - 1 зубчик

для заправки:

1. яйцо - 3 шт.
2. лимонный сок - 2 столовые ложки
3. горчица - 1 чайная ложка
4. чеснок - 1-2 зубчика
5. масло растительное - 100 мл
6. соль
7. перец

|  |
| --- |
| Белый хлеб порезать кубиками, разложить на противне. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 2 шаг |  | Слегка подсушить хлеб в духовке до состояния сухариков. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 3 шаг |  | На сковороде разогреть растительное масло и добавить порезанный вдоль на части зубчик чеснока. Когда масло закипит, чеснок со сковороды убрать. Масло приобретает чесночный аромат. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 4 шаг |  | Обжарить сухарики на чесночном масле. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 5 шаг |  | Зеленый салат замочить на 1 час в холодной воде. Это позволит салату дольше оставаться хрустящим. Затем высушить. |
|  |  |  |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 6 шаг |  | Куриное филе порезать маленькими кусочками и обжарить на сковороде с растительным маслом. Когда филе будет готово, посолить. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 7 шаг |  | Яйца сварить, отделить белки от желтков. Желтки размять вилкой. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 8 шаг |  | Добавить к вареным желткам лимонный сок, горчицу и 1-2 зубчика чеснока, пропущенных через пресс. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 9 шаг |  | Добавить растительное мало, посолить, поперчить и перемешать. Полученная смесь будет заправкой для салата. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 10 шаг |  | Сыр потереть на мелкой терке. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 11 шаг |  | Подготовленный зеленый салат порвать руками и выложить на блюдо. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 12 шаг |  | Помидоры-черри порезать пополам и выложить на салат. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 13 шаг |  | Сверху помидоров выложить обжаренное куриное филе. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 14 шаг |  | Полить салат заправкой. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 15 шаг |  | Перемешать салат. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 16 шаг |  | Сверху салата выложить сухарики. |
|  |  |  |
| салат цезарь с курицей | приготовление - 17 шаг |  | Посыпать салат тертым сыром.Салат "цезарь" с курицей готов. Приятного аппетита! |
| **Рецепт "Салат "Цезарь" с курицей"** |
| На плоское красивое блюдо выложить горкой: руками порванные листья салата, полить их соусом, гренки или сухарики, курицу отварную порезанную кубиками, полить соусом, салатные листья, гренки, курицу, сыр кубиками порезанный, салат и снова полить все соусом. Украсить помидорками и яйцами, посыпать сверху тертым сыром. Рецепт приготовления соуса:в кружку или любую глубокую емкость:  1 ст. л. масла растительного(оливковое лучше, ну кто как любит), выдавить 2 зубчика чеснока (кто любит поострее, можно 3 или 4 ), 1 ч. л. горчицы, майонез, все перемешать и заправлять салатПриятного Вам аппетита!!!! |

**Салат из спагетти с курицей**

|  |
| --- |
| **Ингредиенты**- спагетти - 200г - курица (вареная) - 400г - сыр - 100г - сладкий перец - 2 шт. - редиса - 2 пучка - помидоры - 4 шт. - йогурт - 200г - кетчуп - 3 ст. л. - соус табаско - по вкусу - виноградный уксус - 1 ст. л. - соль - 1/4 ч. л. - перец - 1/2 ч. л. - зеленый лук (нарезанный) - 2 ст. л. |
| **Способ приготовления**В 3 л подсоленной воды сварить спагетти в течение 10-12 минут. Куриное мясо нарезать кусочками, а сыр - ломтиками. Перец мелко нашинковать, редис и яйца нарезать кружочками. Помидоры разрезать на 8 частей. Все компоненты смешать, залить сметаной, йогуртом и кетчупом, добавить перец, уксус, соль и табаско. Перед подачей на стол посыпать измельченным зеленым луком. |

**Оригинальный салат из курицы**

|  |
| --- |
| **Ингредиенты**- курица (отварное филе) - 300г - сладкий перец (зеленый и красный) - 2 шт. - лук-порей - 1 шт. - шампиньоны - 100г - помидоры - 4 шт. - кукуруза (консервированная) - 6 ст.л. для заправки:- растительное масло - 3 ст.л. - соевый соус (*Сэн Сой Для салата*) - 2 ч.л. - яблочный уксус - 2 ст.л. |
| **Способ приготовления**Филе курицы тонко нарезать. Грибы отварить и порезать кубиками. В салатнике смешать курицу, грибы, добавить нарезанный тонкими кольцами перец и кукурузу. Полить салат уксусом и соевым соусом (*Сэн Сой Для салата*), добавить растительное масло. |