

## Курица, кунжут и мед



- 🕒 Время:
- 🍴 Сложность: простой
- 🍳 Способ: варка
- 📅 Сезон: круглый год
- 🍴 Назначение: салат

### Ингредиенты

- Куриное филе
- Мед
- Кунжут
- Соевый соус
- Ананас
- Фета
- Оливковое масло
- Рукола
- Очищенные семечки
- Сухари из черного хлеба

## КАК ПРИГОТОВИТЬ

**Шаг 1.** Отварить куриное филе, нарезать длинными ломтиками. Добавить к курице крупные сухари из черного хлеба, руколу, очищенные семечки, нарезанную кубиками фету и ананас.

**Шаг 2.** Для заправки блюда смешать мед, кунжут, соевый соус, оливковое масло. Блюдо подавать в охлажденном виде!

Приятного аппетита или кали сас орекси!

