

## Salată de pui pentru sezonul rece

*Timp de preparare: 40 minute*

*Dificultate: mică*

*Porții: 4*



Fie că ne bucurăm de sucul lor delicios sau le consumăm ca atare, portocalele au făcut mereu parte din peisajul zilelor reci. Dar acest fruct versatil nu e doar un desert revigorant, ci poate da gust și preparatelor sărate. Bunica s-a gândit să ofere portocalei o nouă întrebuințare: o folosește pentru a scoate din anonimat o salată simplă cu pui. Iată rețeta!

### **Ingrediente:**

- 500 g piept de pui, tăiat cubulețe
- 4-5 linguri ulei Untdelemn de la Bunica Vitamina D
- Crutoane
- 3 roșii
- 1 salată verde
- 100 g parmezan ras
- ½ de lămâie

- 1 portocală
- Busuioc uscat, după gust
- Oregano uscat, după gust
- Piper, după gust
- Sare, după gust

**Cum se prepară:**

1. Preîncălzește cuptorul la 180 °C.
2. Unge pieptul de pui cu 2 linguri de ulei. Adaugă sare și piper, după gust.
3. Pune puiul în tavă și lasă-l la rumenit în cuptor timp de 30 de minute, până când devine auriu.
4. Între timp, pregătește sosul salatei. Amestecă lichidele: sucul de portocală, cel de lămâie și uleiul rămas.
5. Roșiile se feliază și se amestecă cu frunzele de salată, spălate și tăiate.
6. Lasă puiul la răcit și adaugă-l în salată.
7. Ultimele detalii: adaugă crutoanele crocante, parmezanul și sosul. Amestecă bine!

Salata cu arome citrice este gata de savurat. Poftă bună!