



Очень вкусный и полезный салат с беконом, курицей и авокадо. Заправка очень интересная, без майонеза.

Ингредиенты:

- смесь салатов -
- куриное филе - 200 г
- авокадо - 1 шт.
- базилик (свежий) - небольшой пучок (в нарезанном виде - меньше половины стакана)
- бекон - 6 тонких полосок
- помидоры черри - 5 шт. (или обычные 2-3 шт.)
- лайм - 1 шт. (или лимон)

- соль, перец - по вкусу
- чеснок - 1 зубчик
- оливковое масло - 3-4 ст.л.
- орехи кешью (по желанию)

Приготовление:

Авокадо очистить от кожуры, удалить косточку. У базилика отрезать хвостики. Из лайма выжать сок. Авокадо, чеснок, базилик, лайм, оливковое масло, соль, перец - измельчить в блендере.



Куриное филе обжарить на гриле или на обычной сковороде до готовности, добавив немного растительного масла и соль с перцем. Нарезать мясо на небольшие кусочки.

Часть бекона нарезать на небольшие полоски, а из оставшихся - скрутить "розочки".

В салатницу выложить смесь салатов.



Добавить помидоры черри, нарезанные на половинки.



Затем - куриное филе.



Добавить бекон.



Заправить салат приготовленной заправкой из авокадо.



Мелко нарезать лук, помидоры, огурцы, нарезать бекон розочками из полосок бекона, дольками авокадо и



Продолжить по рецепту.