Ziołowy kurczak w PAPIRUSIE z dynią na jesiennej sałacie

Składniki na 2 duże porcje:

- 300 g piersi z kurczaka
- Pomysł na PAPIRUS Soczysty kurczak z ziołami (2 arkusze)
- patelnia teflonowa

Sałatka:

- 250 g dyni obranej ze skóry i pozbawionej nasion
- 2 niewielkie jabłka
- kilka liści sałaty lodowej
- 50 g sera camembert
- garść suszonej żurawiny
- garść orzechów włoskich
- 1 łyżka masła
- sól morska
- pieprz kolorowy (lub pieprz z kolendrą)
- przyprawa do sałatek
- przyprawa do dań słodkich (lub cynamon, kardamon, imbir, goździki)

Dressing:

- 3 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka miodu
- 1 łyżeczka soku z cytryny

Mięso: Pierś z kurczaka umyć, osuszyć papierowym ręcznikiem i przekroić wzdłuż na dwa płaty. Przełożyć filety na dwa arkusze PAPIRUSOWE, przykryć i położyć na rozgrzaną patelnię teflonową. Nie dodawać już tłuszczu! Mięso smażyć po ok. 5 minut z każdej strony na średnim ogniu.

Sałatka: Sałatę lodową umyć, osuszyć i pokroić w mniejsze kawałki. Jabłka umyć i pokroić w półcentymetrowe plastry. Camembert pokroić na niewielkie trójkąciki, a obraną dynię w dwucentymetrową kostkę.
Na grillowej patelni rozgrzać masło, włożyć kostki dyni, posypać je solą, pieprzem i przyprawą do sałatek, smażyć chwilę. Pod koniec dodać do dyni plastry jabłek, grillować aż owoce i warzywa będą miękkie.

Dressing: W słoiczku wymieszać dokładnie oliwę z miodem i sokiem z cytryny.
Ułożenie: Na półmisek wyłożyć pokroją sałatę, ser camembert i ciepłą dynię z plastrami jabłka. Całość posypać suszoną żurawiną i pokruszonymi orzechami włoskimi, po czym delikatnie skropić dressingiem. Na wierzch położyć ukośnie

pokrojoną pierś z kurczaka usmażoną w PAPIRUSIE.