**Салат с филе индейки и пекинской капустой**

**Продукты на 2 порции**

Филе индейки – 200 г

Огурцы свежие – 2 шт.

Помидоры – 4 шт.

Пекинская капуста – 8 листов

Белая луковица – 1 шт. средняя

Укроп – 2 веточки

Сухарики – 2 ст. л.

Кунжут – 2 ст. л.

Соевый соус – 1 ст. л.

Оливковое масло – 1 ст. л.

Растительное масло (для обжаривания индейки) – 1 ст. л.

Молотый черный перец – по вкусу

Соль – по вкусу

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Огурцы и помидоры для салата с филе индейки моем и произвольно нарезаем произвольно и как вам удобно.

**Шаг 2**

Листья пекинской капусты споласкиваем под водой и шинкуем не очень крупно.

**Шаг 3**

Белый лук очищаем и нарезаем тонкими полукольцами.

**Шаг 4**

Укроп моем и мелко нарезаем.

**Шаг 5**

В глубоком салатнике соединяем помидоры, огурцы, капусту, лук и укроп. Слегка перемешиваем.

**Шаг 6**

Сбрызгиваем соевым соусом, добавляем оливковое масло и перемешиваем.

**Шаг 7**

Филе индейки нарезаем ломтиками толщиной 0,5-0,7 см и обваливаем со всех сторон в кунжуте.

**Шаг 8**

На сковороде разогреваем 1 ст. л. растительного масла и на среднем огне обжариваем кусочки индейки по 2-3 минуты с каждой стороны до румяности.

**Шаг 9**

Снимаем с огня, солим и перекладываем в салатник. Перемешиваем ингредиенты в салатнике.

**Шаг 10**

Посыпаем сверху сухариками, приправляем по вкусу солью и перцем и сразу подаём к столу.