



## Кукурузный салат с говядиной в азиатском стиле



### Ингредиенты

◦ Молодая кукуруза	1/2 банки (170г)
◦ Лимон	1/4 шт.
◦ Чеснок	2 зубчика
◦ Микс-салат	80 г
◦ Соус терияки	2 ст. л.
◦ Имбирь (корень)	15 г
◦ Помидоры черри	10 шт.
◦ Масло оливковое	3 ст. л.
◦ Говядина (вырезка)	200 г
◦ Горчица дижонская	1 ч. л.
◦ Уксус бальзамический	1 ст. л.
◦ Перец сладкий оранжевый	1 шт.
◦ Мёд	1 ст. л.
◦ Лайм	1/2 шт.
◦ Мята	1 пучок
◦ Соль	по вкусу

### Способ приготовления:



20 мин



2 порции



231 ккал

1. Очистите чеснок, имбирь и сладкий перец.<br>
2. Нарежьте говядину кусочками, перемешайте ее с соусом терияки и обжарьте на оливковом масле на сильном огне по 2-3 минуты с каждой стороны, посолите, перемешайте и через 2 минуты снимите сковороду с огня. Пусть мясо "отдохнет", пока вы готовите остальное.<br>
3. Натрите имбирь, измельчите чеснок, разотрите мёд с листиками мяты. Все смешайте, затем добавьте сок лайма и лимона, бальзамический уксус и горчицу. Влейте оливковое масло и тщательно размешайте.<br>
4. Нарежьте помидоры черри на 2 или 4 части. Перец нарежьте соломкой.<br>
5. В большой миске смешайте микс салатных листьев, кукурузу, помидоры и перец. Вылейте приготовленную заправку в салат и тщательно его перемешайте.<br>
6. При подаче сверху на овощи разложите кусочки говядины.



---

## Совет

Чтобы выдавить сок из цитрусовых было проще, а самого сока получилось больше, нужно сначала немного подавить фрукты. Например, нажимая, покрутить его в ладонях.

---

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>