thermomix

ΣΑΛΑΤΑ ΜΕ ΚΡΙΘΑΡΑΚΙ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ ΦΕΤΑ ΚΑΙ ΣΠΑΝΑΚΙ

5 λεπτά 35 λεπτά εύκολη 4 μερίδες

ΥΛΙΚΑ

1500 γρ. νερό
2 κ.γλ αλάτι
500 γρ. κριθαράκι
350 γρ. μπουτάκια κοτόπουλο, σε κομμάτια 3-4 εκ.
20 γρ. ελαιόλαδο
1 κ.γλ πιπέρι
200 γρ. φέτα σε κομμάτια
100 γρ. αμύγδαλα
150 γρ. σπανάκι (μόνο τα φύλλα)
150 γρ. κρεμμύδι, κομμένο στη μέση
200 γρ. ντομάτες, cherry, κομμένες στη μέση κατά μήκος
2-3 φρέσκα φύλλα βασιλικό για γαρνίρισμα

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Βάλτε στον κάδο το νερό και βράστε **10 λεπτά/100°C/ ταχύτητα 1**.
2. **Τοποθετήστε το χτυπητήρι**, προσθέστε 1 κουταλάκι αλάτι και το κριθαράκι. Τοποθετήστε το Varoma στη θέση του, ζυγίστε μέσα τα μπουτάκια κοτόπουλο, μαρινάρετε με το ελαιόλαδο, το υπόλοιπο 1 κουταλάκι αλάτι, το πιπέρι και μαγειρέψτε στον ατμό **15 λεπτά /Varoma/αντίστροφη κίνηση/ταχύτητα 0.5. Αφαιρέστε το χτυπητήρι**, μεταφέρετε το κοτόπουλο σε ένα βαθύ μπολ, στραγγίστε τα ζυμαρικά στο Varoma και μεταφέρετε στο μπολ με το κοτόπουλο. Πλύνετε και στεγνώστε καλά τον κάδο.
3. Βάλτε στον κάδο τη φέτα και κόψτε **3 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 5**. Μεταφέρετε στο μπολ με το κοτόπουλο.
4. Βάλτε στον κάδο τα αμύγδαλα και κόψτε **3 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 5**. Μεταφέρετε στο μπολ με το κοτόπουλο.
5. Βάλτε στον κάδο το σπανάκι, το κρεμμύδι και κόψτε **5 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 5**. Μεταφέρετε στο μπολ με το κοτόπουλο.
6. Γαρνίρετε με τις ντομάτες, τα φύλλα βασιλικού και σερβίρετε αμέσως ή διατηρήστε στο ψυγείο μέχρι να χρειαστεί.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ

βαθύ μπολ σερβιρίσματος