

Brusinková rýže s krutím masem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

573 kalorií , 0 g cukrů , 3 g tuků , 13 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/brusinkova-ryze-s-krutim-masem>

Příprava

Kuřecí maso nakrájíme na kousky a orestujeme na rozpáleném olivovém oleji. Přidáme kari koření a suchou rýži, chvíli restujeme a poté zalijeme horkou vodou a necháme dusit doměkka. Do hotového pokrmu zamícháme brusinky a podáváme.



Tip k receptu

Dospělí si mohou do pokrmu přidat sůl podle chuti a kari koření. Rovněž není od věci přilít k rýži místo vody masový nebo zeleninový vývar.

Ingredience

- ✓ 150 g rýže basmati
- ✓ 20 ml olivového oleje
- ✓ 250 g krutího stehenního řízku
- ✓ 1 lžička kari koření
- ✓ 2 lžíce brusinek

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Děti do 5 let, Hlavní chod