

Čertova pochoutka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

959 kalorií , **9 g** cukrů , **16 g** tuků , **159 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/certova-pochoutka>

Příprava

Prsíčka nakrájíme na kostky, přidáme škrob, vejce, špetku cukru, chilli, promícháme a necháme uležet. Do rozpáleného oleje vložíme maso a osmahneme. Olej scedíme, přidáme sójovou omáčku, nakrájenou cibuli, kapii a žampióny. Vše necháme dotáhnout doměkka.

Ingredience

- ✓ 600 g kuřecích prsou
- ✓ 1 vejce
- ✓ 80 g škrobové moučky
- ✓ špetka soli
- ✓ 80 g sojové omáčky
- ✓ troška cukru moučka
- ✓ 20 g chilli koření
- ✓ 120 g cibule
- ✓ 120 g kapie
- ✓ 120 g sterilovaných žampiónů

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod