

Drůbeží játra se zeleným hráškem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

804 kalorií , **0 g** cukrů , **47 g** tuků , **76 g** bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/drubezi-jatra-se-zelenym-hraskem>

Příprava

Hrášek chvilku podusíme v trošce horké osolené vody a přidáme máslo. Opraná a očištěná játra pokrájíme a osmahneme na tuku, přidáme na jemno pokrájenou cibuli a přidáme koření. Posléze hrášek smícháme s játry a prohřejeme.

Ingredience

- 350 g mraženého či čerstvého zeleného hrášku
- 2-3 lžíce másla
- přiměřené množství soli dle chuti
- 1 střední cibule
- 1 lžička kari koření
- 1 lžička koriandru mletého
- 1 lžíce sušené bazalky
- voda
- 400 g kuřecích jater
- trocha rostlinného oleje či sádla na smažení

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Jídlo na každý den, Rychlovka, Rodina

