

Dušené kuřecí paličky



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 2

33 kalorií , 0 g cukrů , 1 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: Hanca333

Odkaz: <https://srecepty.cz/dusene-kureci-palicky>

Příprava

Do hrnce (nejlépe litinového) dáme olej a paličky na něm opečeme, aby získaly barvu. Česnek nakrájíme na plátky, přidáme jej ke kuřeti spolu s nasekanou petrželkou, lžící rajského protlaku a rajčetem nakrájeným na kostičky. Osolíme, opepříme, přilijeme přiměřené množství vody a dusíme asi půl hodiny.



Tip k receptu

Pokud chceme mít pokrm voňavý, přidáme do něj trochu tymiánu.

Ingredience

- ✓ 6 ks kuřecích paliček (stehýnek)
- ✓ 1-2 stroužky česneku
- ✓ 1 vrchovatou lžící nasekané petrželky
- ✓ 1 lžíce rajčatového protlaku
- ✓ 1 větší rajče
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ olej

Kategorie

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