

# Jarní závitky s kuřecími prsíčky



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 35min , Porce: 5

294 kalorií , 0 g cukrů , 12 g tuků , 12 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/jarni-zavitky-s-kuřecimi-prsíčky>

## Příprava

Kuřecí prso nařízneme tak, aby nám vzniknul stejně tlustý plát. Potřeme ho sójovou omáčkou a necháme ho 10 minut marinovat. Arašídů opečeme nasucho v pánvi a poté je rozdrtíme nahrubo. Sójovou omáčku z prsou setřeme a potřeme je pro změnu sezamovým olejem. Opékáme dozlatova. Necháme pět minut odpočívat a nakrájíme na tenké nudličky. Rýžový papír namočíme na pár vteřin do teplé vody, položíme na čistou suchou utěrku a doprostřed dáme čtvrtinu masa, strouhané mrkve, arašídů, citronové trávy, nasekanou bazalku a mátu a chilli papričku. Zarolujeme. Postup opakujeme se všemi ostatními rýžovými papíry. Podáváme s rybí nebo sójovou omáčkou k namáčení.

## Ingredience

- ✓ 1 ks kuřecího prsa
- ✓ 1 ks mrkve
- ✓ 1 ks chilli papričky
- ✓ 1 hrst arašídů (burské ořechy, buráky)
- ✓ 4 ks rýžového papíru
- ✓ 2 lžice máty peprné
- ✓ 2 lžice bazalky
- ✓ 4 lžice sójové omáčky
- ✓ 4 lžičky omáčky Thai Pride (rybí omáčka)
- ✓ 2 lžičky sezamového oleje
- ✓ 1 troška citronové trávy

## Kategorie

Obyčejný den, Japonská, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Zelenina, Hlavní chod



### Tip k receptu

Aby se rýžový papír při srolování lépe slepil, potřeme ho trochou vlažné vody.

