

Krútí nudličky s hráškem



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 2

490 kalorií , 0 g cukrů , 28 g tuků , 57 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-nudlicky-s-hraskem>

Příprava

Den předem si připravíme marinádu. Ve vlažné vodě rozpustíme bujón, vmícháme papriku, mexické koření, sójovou a worčestrovou omáčku, hořčici a kari. Poté přidáme maso nakrájené na nudličky, promícháme, dáme do misky s víčkem a uložíme do chladničky. Na rozehřátém oleji opečeme okapané nudličky masa skoro do červena. Ke zbytku marinády přidáme oloupaný a na jemno nastrouhaný stroužek česneku a škrob. Promícháme a společně s mraženým hráškem přidáme k masu. Krátce povaříme a odstavíme. Podáváme s hranolky.

Ingredience

- ✓ 100 ml vody
- ✓ 1/2 kostky drůbežního bujónu
- ✓ 1/2 lžičky mleté papriky
- ✓ 1/2 lžičky Mexického koření
- ✓ 1 lžička sójové omáčky
- ✓ 1 lžička worcesterské omáčky
- ✓ 1 lžička plnotučné hořčice
- ✓ 2 špetky kari koření
- ✓ 1/2 lžičky bramborového škrobu
- ✓ 1 stroužek česneku
- ✓ 50 ml vody
- ✓ 250 g krutích prsou
- ✓ 2 lžíce hrášku
- ✓ 2 lžíce slunečnicového oleje

Kategorie

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

