

Krútí prsa na šalvěji



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

524 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **126 g** bílkovin

Autor:

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-prsa-na-salveji>

Příprava

Maso omyjeme, osušíme a nakrojíme do každého kousku kapsu. Šalvěj a tymián omyjeme a osušíme a část dáme na stranu. Snítky otrháme a nasekáme, smícháme se sýrem. Osolíme, opepříme. Řízky naplníme bylinkovým sýrem a uzavřeme. Opékáme na oleji z každé strany asi 6 min a před otočením poklademe šalvějovými lístky. Maso udržujeme v teple. Cibuli a papriku nakrájíme na proužky a opékáme ve výpeku asi 5 min. Osolíme, opepříme a dochutíme citronovou šťávou. Každý řízek zdobíme bylinkami a tenkými proužky citronové kůry.

Ingredience

- ✓ 600 g krutích prsou
- ✓ 3 snítky šalvěje
- ✓ 2 snítky tymiánu
- ✓ 150 g smetanového sýra
- ✓ 2 cibule
- ✓ 1/2 červené papriky
- ✓ 1/2 zelené papriky
- ✓ 1/2 žluté papriky
- ✓ 2 lžičky citronové šťávy
- ✓ citronová kůra
- ✓ sůl
- ✓ pepř

Kategorie

Výjimečný den, Čínská, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod