

Kuře Maršálek



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

187 kalorií , **0 g** cukrů , **12 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/kure-marsalek>

Příprava

Maso nakrájíme na kostičky a dáme do misky. Česnek utřeme se solí, vzniklou kašičku přidáme k masu, vše opepříme, přidáme kmín a papriku a dobře promícháme. Necháme chvíli uležet v chladu. Papriky si zatím nakrájíme na malé kousky. V hrnci rozežřejeme máslo, přidáme odleželé maso a chvíli restujeme. Po chvíli přidáme nakrájené papriky a vše lehce podlijeme. Pod pokličkou dusíme skoro doměkka. Chvíli před koncem jemně zahustíme moukou, rozmíchanou ve vodě a ještě provaříme. Podáváme s různě upravenými bramborami.

Tip k receptu

Když použijeme maso z celého kuřete, případně i s kousky kůže, jídlo získá na chuti.

Ingredience

- 1 lžička pepře
- 3 ks kuřecích prsou
- 2 papriky - zelená a červená nebo žlutá
- 2 stroužky česneku
- 2 lžičky soli
- 2 lžičky mleté papriky
- 3 lžičky drceného kmínu
- 1 lžíce másla
- 2-3 lžičky hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

