

# Kuře s bylinkovou omáčkou



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 45min  
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

225 kalorií , 1 g cukrů , 1 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kure-s-bylinkovou-omackou>

## Příprava

Kuře rozdělíme na porce, omyjeme, obalíme ve směsi, kterou si připravíme z polohrubé mouky, soli, sladké papriky a pepře. Poté porce kuřete vložíme do pekáčku na rozpálený olej a v troubě pečeme z obou stran po 30 minutách. Mezitím si připravíme bylinkovou omáčku: Z másla a hladké mouky si připravíme jíšku a postupně ji zředíme vývarem z kostí, poté jíšku přidáme ke kuřeti, přilijeme smetanu, umyté, nasekané bylinky, opeříme a osolíme.

## Ingredience

- ✓ 1 ks kuřete
- ✓ 2 lžíce pažitky
- ✓ 2 lžíce petrželky
- ✓ 2 lžíce libečku
- ✓ 2 hrsti špenátových lístků
- ✓ 2 lžíce polohrubé mouky
- ✓ 25 dcl vývaru z kostí
- ✓ 150 ml sladké smetany
- ✓ 4 lžíce olivového oleje
- ✓ 100 g másla
- ✓ 2 lžíce mleté sladké papriky
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ špetka pepře
- ✓ špetka soli

## Kategorie

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