

Kuřecí maso s cuketou a kukuřicí



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 45min , Porce: 2

533 kalorií , 0 g cukrů , 6 g tuků , 110 g bílkovin

Autor: Kantarina

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-maso-s-cuketou-a-kukurici>

Příprava

Na oleji osmahneme kuřecí maso, přidáme na kousky nakrájenou cuketu a cca 15 minut za občasného míchání vaříme. Když je maso i cuketa hotová, vsypeme sterilovanou kukuřicí, dobře zamícháme a podle chuti osolíme.

Ingredience

- ✓ 500 g kuřecích prsou
- ✓ 1 malá konzerva kukuřice
- ✓ 2 menší cukety
- ✓ sůl podle chuti
- ✓ olej

Kategorie

Obyčejný den, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

