

Kuřecí maso s lesní směsí



Obtížnost: 

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

1020 kalorií , **9 g** cukrů , **35 g** tuků , **113 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-maso-s-lesni-smesi>

Příprava

Maso nakrájíme na nudličky, cibuli nadrobno nakrájíme a osmahneme na rozpáleném olivovém oleji dozlatova. Pak přidáme na nudličky nakrájené kuřecí maso, orestujeme ze všech stran, přidáme omyté maliny, omyté lesní jahody nakrájené na plátky, omyté borůvky, podlijeme smetanou a dusíme, až je maso měkké. Poté zasypeme 2 lžícemi moučkového cukru. Podáváme s brambory.

Ingredience

- ✓ 500 g kuřecích prsou
- ✓ 1 ks cibule
- ✓ 4 lžíce olivového oleje
- ✓ 2 lžíce moučkového cukru
- ✓ 100 g malin
- ✓ 100 g lesních jahod
- ✓ 100 g borůvek
- ✓ 1 kelímek smetany

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Něco extra, Labužník, Hlavní chod