

Kuřecí maso se šťovíkovou omáčkou

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

906 kalorií , **0 g** cukrů , **45 g** tuků , **110 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-maso-se-stovikovou-omackou>

Příprava

Kuřecí prsíčka naklepeme, opepříme, osolíme a opečeme na oleji z obou stran doměkka. Když jsou kuřecí prsíčka měkká, dáme je stranou. Rozpustíme si máslo, cibuli oloupeme, nasekáme nadrobno a zpěníme ji na rozpuštěném másle. Šťovíkové listy umyjeme, nakrájíme nahrubo a vložíme na cibulku a dusíme. Poté opepříme, osolíme, přilijeme smetanu, ve které jsme rozmíchali mouku a cca 10 minut povaříme. Podáváme s brambory.

Ingredience

- 500 g kuřecích prsou
- 2 hrsti šťovíkových listů
- 1 ks cibule
- 4 lžíce sladké smetany
- 4 lžíce olivového oleje
- 1/2 lžíce polohrubé mouky
- 1 lžíce másla
- špetka pepře
- špetka soli

Kategorie

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