

Kuřecí medailonky s borůvkovo - smetanovou omáčkou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

673 kalorií , **0 g** cukrů , **7 g** tuků , **133 g** bílkovin

Autor: uschi3

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-medailonky-s-boruvkovo-smetanovou-omackou>

Příprava

Maso opláchneme, osušíme a nakrájíme na medailonky. Jemně je naklepeme, osolíme, opepříme a na troše oleje opražíme z obou stran doměkka. Měkké maso vyjmeme a odložíme na teplé místo. Do výpeku přidáme borůvky i se šťávou, špetku soli, pepř, citronovou šťávu a smetanu. Krátce povaříme. Podáváme s bramborami nebo s rýží a zeleninovým salátem.

Ingredience

- 600 g kuřecích prsou
- špetka soli
- špetka pepře
- 1/2 sklenky borůvkového kompotu
- 100-150 ml sladké smetany
- 1 lžička citronové šťávy

Kategorie

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

