

Kuřecí na smetaně s pórkem



Obtížnost:     

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

135 kalorií , 0 g cukrů , 8 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-na-smetane-s-porkem>

Příprava

Olivový olej rozežřejeme na větší pánvi a na něm osmahneme na tenké proužky nakrájenou slaninu. Kuřecí maso nakrájíme na kousky, přidáme ke slanině a společně smažíme. Mezitím si nakrájíme pórek na kolečka a jakmile se maso zatáhne, vsypeme pórek. Směs smažíme na mírném plameni, dokud nezvláční. Následně zaprášíme moukou a za stálého míchání vlijeme vývar. Vmícháme hořčici a smetanu a necháme cca 5 minut bublat, aby omáčka zhoustla. Na závěr dochutíme solí a pepřem.

Ingredience

- ✓ 1 lžíce olivového oleje
- ✓ 3 plátky anglické slaniny
- ✓ 2 kuřecí prsa
- ✓ 1 pórek
- ✓ 1 lžíce hladké mouky
- ✓ 300 ml drůbežího vývaru
- ✓ 1 lžíce kremžské hořčice
- ✓ 2 lžíce zakysané smetany
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Maso, Rodina

