

# Kuřecí nákyp



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 50min , Porce: 4

**1299** kalorií , **1 g** cukrů , **60 g** tuků , **123 g** bílkovin

**Autor:**

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kureci-nakyp>

## Příprava

Kapustu omyjeme, nakrájíme na proužky, Maso omyjeme, osušíme a nakrájíme na tenké plátky. Nasekáme oříšky. Troubu předehřejeme na 180° C. Smetanu smícháme s mlékem, vývarem a sýrem. Nasekáme lístky tymiánu, přidáme k oříškům. Kapustu, uvařené těstoviny a plátky kuřete dáme do vymazané formy na nákyp a promícháme. Rovnoměrně přelijeme sýrovou omáčkou a pečeme 30 min. Občas promícháme. Zdobíme snítkami tymiánu a podáváme.

## Ingredience

- ✓ 800 g kapusty
- ✓ 300 g kuřecích prsou
- ✓ 50 g lískových ořechů
- ✓ 200 g zakysané smetany
- ✓ 300 ml mléka
- ✓ 250 ml vývaru
- ✓ 100 g strouhaného sýra
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ kari koření
- ✓ 1/2 svazku tymiánu
- ✓ 250 g makaronů

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Něco extra, Labužník, Hlavní chod