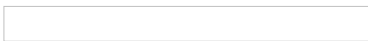


Kuřecí polévka s kukuřicí



Obtížnost: □□□□□

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

444 kalorií , **0 g** cukrů , **34 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-polevka-s-kukurici>

Příprava

Kuřecí prso nakrájíme na nudličky a osmažíme na oleji. Maso smažíme 3-4 minuty. Přidáme na nudličky nakrájené cibule, papriku a rozdrcený stroužek česneku. Vše smažíme 2-3 minuty. Přidáme jemně pokrájené mladé klasy cukrové kukuřice a bujón. Přivedeme do varu. Poté přidáme drcenou kukuřici, sherry a sladkou chilli omáčku. Za občasného míchání vaříme na mírném plameni 5 minut. Smícháme škrobovou moučku s trochou studené vody. Přidáme do polévky a za stálého míchání uvedeme do varu. Přidáme rajčatový protlak, sůl a pepř a povaříme 1-2 minuty na mírném plameni. Polévku podáváme horkou, ozdobenou nasekanou petrželí.

Ingredience

- 1 kuřecí prso
- 2 lžíce rostlinného oleje
- 2 malé cibule
- 1 malá červená paprika
- 1 stroužek česneku
- 125 g mladých klasů cukrové kukuřice
- 1 l drůbežího bujónu
- 200 g drcené kukuřice
- 2 lžíce sherry
- 2 lžíce sladké chilli omáčky
- 2 lžíce škrobové moučky
- 4 lžíce rajčatového protlaku
- sůl
- pepř
- petržel na ozdobu

Kategorie

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