

Kuřecí prsa na ananasu



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 3

1297 kalorií , **0 g** cukrů , **77 g** tuků , **115 g** bílkovin

Autor: Hanca333

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-prsa-na-ananasu>

Příprava

Na rozpálené máslo dáme maso na nudličky, osolíme, okořeníme ďábelským kořením, opepříme a přidáme sojovou omáčku. Když je hezky dozlatova, přidáme ananas bez šťávy a prohřejeme. Vyjmeme z pánve na misku. Do pánve přidáme trochu másla a zaprášíme moukou. Potom podlijeme šťávou z ananasu a povaříme. Nakonec přidáme ďábelské koření a šlehačku. Na talíř dáme maso a přilijeme krémovou omáčku.

Ingredience

- 1/2 kg kuřecích prsou
- 1/2 konzervy ananasu
- Ďábelské koření
- sůl
- pepř
- asi 3 lžíce sojové omáčky
- 2 lžíce hladké mouky
- 5 dkg másla
- 1/2 balení smetany ke šlehání (šlehačky)

Kategorie

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

