

# Kuřecí prsa se zeleninou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 25min , Porce: 4

539 kalorií , 0 g cukrů , 39 g tuků , 18 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-prsa-se-zeleninou>

## Příprava

Kuřecí prsa osolíme, opeříme, potřeme olivovým olejem a usmažíme je do zlatova. Přidáme jarní cibulku nakrájenou na kolečka a kapary a ještě 5 minut smažíme. Na talíř dáme povařené zelené fazolky, na to kuřecí prsa a zeleninovou směs z pánve a posypeme sýrem.



### Tip k receptu

Podáváme s čerstvou bagetkou nebo bylinkovou focacciou.

## Ingredience

- ✓ 4 ks kuřecích prs
- ✓ 4 ks jarní cibulky
- ✓ 20 g kaparů
- ✓ 40 g parmezánu
- ✓ 200 g fazolek (zelené fazolové lusky)
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 1/2 lžičky pepře
- ✓ 4 lžíce olivového oleje

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Hlavní chod

