

# Kuřecí prsíčka pečená s liškami



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 1h 0min  
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 4

996 kalorií , 0 g cukrů , 52 g tuků , 111 g bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-prsicka-pecena-s-liskami>

## Příprava

Kuřecí prsíčka lehce naklepeme, osolíme, opepříme, potřeme mletým zázvorem, obalíme v hladké mouce a dáme opéct na rozpálený olej, opečeme ze všech stran. Mezitím si omyjeme, očistíme lišky, nakrájíme je na menší kostičky, přidáme k opečeným kuřecím prsíčkům, podlijeme ½ sklenkou vody a necháme dusit. Když je kuřecí maso měkké, vyjmeme ho a dáme stranou, do šťávy dáme zbytek hladké mouky, který nám zbyl po obalování kuřecích prsíček, přilijeme vývar z kostí a povaříme cca 10 minut, poté přilijeme smetanu a přidáme máslo. Krátce povaříme a při podávání kuřecí prsíčka přelijeme touto směsí. Podáváme s brambory nebo rýží.

## Ingredience

- ✓ 500 g kuřecích prsou
- ✓ 100 g lišek
- ✓ 100 ml sladké smetany
- ✓ 1 lžice másla
- ✓ 0,5 l vývar z kostí
- ✓ 5 lžic olivového oleje
- ✓ 1 lžice hladké mouky
- ✓ 1/2 sklenky vody
- ✓ špetka mletého zázvoru
- ✓ špetka pepře
- ✓ špetka soli

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

