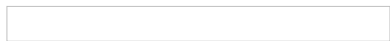


Kuřecí řízek s hermelínem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

638 kalorií , **0 g** cukrů , **7 g** tuků , **132 g** bílkovin

Autor: kaccka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-rizek-s-hermelinem>

Příprava

Prsa nakrájíme na řízky, pod fólií naklepeme, osolíme a okořeníme. Na pánvi s rozpáleným olejem opečeme maso nejprve z jedné strany a obrátíme je. Na opečenou stranu položíme kolečko cibule a kolečko sýra.

Ingredience

- 600 g kuřecích prsou
- sůl
- grilovací koření
- 1 Hermelín
- 1 cibule
- olej

Kategorie

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