

Kuřecí s celerem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 2

28 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **3 g** bílkovin

Autor: Jana Langrová

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

Příprava

Na trošce olivového oleje opečeme kousky kuřecího masa. Okořeníme čerstvě pomletým pepřem, zastříkneme /dost/ worcesterem a sojovkou. Přihodíme nakrájený řapíkatý celer na malinké kousky a podlijeme cca půl dcl vody. Přidáme koření wook a pokrájenou jednu sušenou papričku a kousek kápie na kostky. Až je celer křupavoučký, poprášíme solamylem, promícháme, můžeme ještě podlít trošinkou vody a krátce povaříme. Podáváme s čímkoliv - těstoviny, brambory, hranolky, rýže nebo bramborová kaše. Je to dobré, rychlé a pikantní jídlo. Řapíkatý celer udělá své :-)

Ingredience

- 2 kousky kuřecího prsa
- 3 stonky řapíkatého celeru
- troška pepře
- 1 lžíce worcesterské (Worcesterové) omáčky
- 1 lžíce sojové omáčky
- 1/2 ks nakládané papriky - kápie
- 1 lžička koření wok
- 1 chilli paprička
- špetka Solamylu

Kategorie

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

