

Kuřecí scaloppine



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 0min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 0min , Porce: 4

1191 kalorií , **4 g** cukrů , **83 g** tuků , **43 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-scaloppine>

Příprava

Kuřecí řízky seřízneme tak, aby byly všude stejně tlusté, osolíme, opepříme a obalíme v hladké mouce. Osmažíme na oleji dozlatova. Na oleji opečeme také cibuli a česnek nakrájené najemno, přidáme rajčata a cukr, 130 ml vody, olivy a bazalku. Povaříme 15 minut. Rajčatovou směs přeneseme do pekáčku, na to dáme kuřecí maso. Na každý kuřecí řízek dáme plátek parmské šunky, bazalku a mozzarellu. Zapečeme a podáváme.

▣ Tip k receptu

Suroviny můžeme samozřejmě obměňovat podle chuti, kdo nemá rád olivy dá sušená rajčata.

Ingredience

- 4 ks kuřecích prs
- 2 ks cibule
- 2 stroužky česneku
- 2 konzervy sterilovaných rajčat
- 4 plátky parmské šunky
- 4 lžíce olivového oleje
- 4 lžíce bazalky
- 4 lžíce hladké mouky
- 1 lžička cukru krupice
- 1 lžička soli
- 1/2 lžičky pepře
- 130 g oliv
- 180 g mozzarely

Kategorie

Obyčejný den, Italská, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Hlavní chod

