

Kuřecí stehýnka na kari



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

0 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Zepter

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-stehynka-na-kari>

Příprava

Očistíme cibuli a nasekáme. Očistíme jablka, nakrájíme je na čtvrtky a pak na malé kousky. Kuřecí stehýnka, cibuli a jablka vložíme do nádoby Zepter o objemu 4,2 l (TF-042-20), přidáme 1,5 šálku vody a přiklopíme poklicí Syncro-Clik od Zepter pro tlakové vaření (TF-420-20). Zapneme zdroj ohřevu a jakmile se červený knoflík vysune do horní polohy a zůstane v ní, zmírníme intenzitu ohřevu na minimum a necháme 30 minut vařit (šipka indikátoru tepelné regulace se nachází v zeleném poli). Po 20 minutách zdroj ohřevu vypneme a necháme nádobu na plotýnce. Před otevřením zmáčkne červený knoflík na poklici Syncro-Clik, abychom uvolnili zbytkový tlak. Vyjmeme kuřecí stehýnka a uložíme na teplé místo. Obsah nádoby rozmixujeme pomocí mixéru MixSy (VO-022-K) na omáčku. Kuřecí stehýnka vložíme do hluboké servírovací misky (TF-986-24). Podle chuti osolíme a opepříme a přidáme několik kapek extra panenského olivového oleje. Přelijeme připravenou omáčkou. Posypeme sekanou zelenou petrželkou a kari kořením. Podáváme teplé.

Ingredience

- ✓ 4 kuřecí stehna
- ✓ 2 cibule
- ✓ 2 jablka
- ✓ 20 ml olivového oleje
- ✓ 5 g kari koření
- ✓ 1 hrst petrželová nať

Kategorie

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



Tip k receptu

Tento pokrm je vynikající s „rýžovým pilafem“
nebo rýží.

