Lehké kuřecí cacciatore

Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: **4**

950 kalorií , **12 g** cukrů , **22 g** tuků , **145 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: https://srecepty.cz/lehke-kureci-cacciatore

Příprava

Prosciutto a cibuli nakrájíme na kostičky. Prosciutto smažíme na oleji, poté vyndáme z pánve, ale bez tuku, na kterém osmažíme cibuli, česnek a bylinky – smažíme asi 4 minuty. Poté v pánvi uděláme místo na osolená a opepřená kuřecí prsa. Smažíme 5 minut z každé strany, poté je vytáhneme. K cibuli v pánvi nalijeme víno a povaříme 2 minuty. Poté vrátíme prosciutto a vmícháme oloupaná rajčata, protlak a houby nakrájené na plátky. Do konzervy z rajčat nalijeme 4 lžíce vody a nalijeme to do pánve. Vaříme přikryté 15-20 minut. Omáčka by měla zhoustnout. Poté vrátíme kuře a vaříme ještě 15 minut. Osolíme, opepříme a podáváme posypané petrželkou.

Tip k receptu

Cacciatore je název pro směs z rajčat, hub a bylinek, původem z Itálie.

Ingredience

- 1 lžíce olivového oleje
- 2 lžíce rozmarýnu
- 1 lžíce rajčatového protlaku
- 4 lžíce petrželové natě
- 1/2 lžičky soli
- 1/2 lžičky pepře
- 45 g parmské šunky
- 550 g kuřecích prs
- 150 ml bílého vína
- 400 g rajčat
- 225 g žampionů
- 1 ks cibule
- 2 listy šalvěje
- 2 stroužky česneku

Kategorie

Obyčejný den, Italská, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Hlavní chod