

Minutková směs



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 25min , Porce: 2

840 kalorií , **0 g** cukrů , **51 g** tuků , **84 g** bílkovin

Autor: Hloušková

Odkaz: <https://srecepty.cz/minutkova-smes>

Příprava

Cibuli nakrájíme na kolečka, zpěníme na oleji, přidáme maso pokrájené na nudličky a za stálého míchání podusíme 5 minut. Ke směsi přidáme nakrájené žampiony a na nudličky nakrájenou šunku, dusíme 2 minuty. Nakonec vmícháme sterilovaný hrášek, sůl, pepř, petrželku a dusíme 1 minutu. Hotové ozdobíme kapií. Podáváme s bramborem nebo rýží.

Ingredience

- ✓ 300 g kuřecích prsou
- ✓ 1 cibule
- ✓ 3 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 100 g žampionů
- ✓ 100 g šunky
- ✓ 3 lžíce hrášku
- ✓ sůl
- ✓ špetka pepře
- ✓ troška petrželové nati
- ✓ 1 paprika (kapie)

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod