

Pivní kuřecí prsa



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 1 dní 0h 40min , Čas vaření: 25min

Celkový čas: 1 dní 1h 5min , Porce: 4

432 kalorií , **1 g** cukrů , **20 g** tuků , **33 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/pivni-kureci-prsa>

Příprava

Kuřecí prsa důkladně opereme a dáme na ubrousek uschnout. Nakrájíme si nadrobno pórek a dáme do mísy, přidáme prolisovaný česnek, rozšlehaná vejce, sojovou omáčku, solamyl, cukr a černé pivo. Kuřecí prsíčka nakrájíme na menší plátky nebo kostky a namarinujeme ve směsi přes noc. Poté druhý den zprudka opečeme na oleji. Podáváme se zeleninovým salátem.

Ingredience

- ✓ 4 kuřecí prsa
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 1 větší pórek
- ✓ 3 vejce
- ✓ 4 lžice sojové omáčky
- ✓ 1 lžice Solamylu
- ✓ 1 lžička cukru
- ✓ 100 ml černého piva

Kategorie

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

