

Slepičí prsa na cibuli



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

501 kalorií , 1 g cukrů , 26 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/slepici-prsa-na-cibuli>

Příprava

Mäso umyjeme, osušíme, pokrájame na väčšie kúsky. Múku zmiešame s paprikou, majoránom, korením a posekaným cesnakom. Kúsky mäsa posolíme, obalíme v múkovej zmesi, vložíme do pekáča vymasteného maslom. Cibulú očistíme, pokrájame na kolieska, dáme na mäso, zalejeme posolenou smotanou a posypeme nahrubo postrúhaným syrom. Prikryjeme a 60 minút pečieme vo vyhriatej rúre. Upečené odkryjeme a necháme pripiecť do červena. Podávame s cestovinou a zeleninovým šalátom.



Tip k receptu

Slepačie prsia môžeme nahradiť morčacími prsiami alebo zajačími stehienkami.

Ingredience

- ✓ 600 g slepičích prsou
- ✓ 4 lžíce hladké mouky
- ✓ 3 cibule
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 250 ml sladké smetany
- ✓ 120 g strouhaného sýra
- ✓ 2 lžíce másla
- ✓ 2 lžičky mleté sladké papriky
- ✓ 1 lžička majoránky
- ✓ 1 lžička pepře mletého
- ✓ 1 lžička soli

Kategorie

Obyčejný den, Diabetická, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Klasika, Rodina, Hlavní chod