

# Zelenina s kuřecími prsíčky



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 25min  
Celkový čas: 55min , Porce: 2

**406** kalorií , **0 g** cukrů , **9 g** tuků , **66 g** bílkovin

**Autor:** jirina1967

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zelenina-s-kuřecimi-prsíčky>

## Příprava

Zeleninu očistíme a omyjeme, mrkev a porek nakrájíme na menší kousky. Zeleninu jednotlivě povaříme asi 2 min. v osolené vodě, poté necháme okapat v sítu. Kuřecí řízky nakrájíme na nudličky, ve velké pánvi rozežřejeme olej, přidáme maso a opékáme ze všech stran 3-5 min. Potom maso osolíme a opepříme. Přidáme zeleninu a krátce společně osmahneme. Přilijeme vývar a přivedeme ho k varu. Přidáme čerstvý sýr a rozmícháme jej ve vývaru. Vše na mírném ohni krátce povaříme. Pokrm podle potřeby dochutíme solí a pepřem. Podáváme s čerstvým bílým chlebem nebo vařenou rýží.

## Ingredience

- 200 g lusků cukrového hrášku
- 1 ks pórků
- 300 g kuřecích prsou
- 1 lžíce olivového oleje
- pepř
- 200 ml zeleninového vývaru
- 200 g čerstvého sýra

## Kategorie

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