

Delikatny kurczak w śmietanie



Autor: **biurwa**
Przepisów: **144** Ocena: **3902**

1-2 os. 60 min łatwe przystępne



Składniki:

- udka z kurczaka, 2 szt.
- marchew, 1 szt.
- seler, kawałek
- pietruszka, 1 szt.
- czosnek, 1 ząbek
- śmietana 18 %, 1 kubeczek
- pieprz w kulkach, kilk sztuk
- lubczyk, gałkę muszkatołową, szczypta
- sól, pieprz, szczypta
- domowa wegeta, szczypta
- ryż, pół szklanki
- mrożony groszek i kukurydza, po pół szklanki
- brokuł, kalafior i marchewki karotki, po kilka sztuk
- masło, pół łyżeczki
- woda

Sposób przygotowania:

- 1 Ścieramy na drobno, marchew, seler i pietruszkę, czosnek. W niewielkiej ilości wody, z dodatkiem, soli, pieprzu w ziarenkach, lubczyku i startych warzywach, dusimy kurczaka do miękkości. Gdy mięso jest już ugotowane, delikatnie wyjmujemy i usuwamy skórę, wywar redukujemy, dodajemy gałkę muszkatołową i śmietanę, mieszamy aż powstanie gęsty delikatny sos. Wkładamy mięso do sosu, chwilę podgrzewamy.
- 2 W lekko osolonej wodzie gotujemy ryż z groszkiem i kukurydzą. Brokuł, kalafior i marchew karotkę gotujemy na parze, warzywa oprószamy odrobiną suszonego czosnku i swojską wegetą. Po ugotowaniu dodajemy odrobinę masła, delikatnie mieszamy by się rozpuściło.
- 3 Na talerzu układamy ryż z groszkiem i kukurydzą do tego warzywa i kurczak w śmietanie i obiadek gotowy.

Twoje notatki do przepisu: