

# Makaron z brokułami i kurczakiem w sosie serowym



Autor: **Ellie**

Przepisów: **40** Ocena: **789**



3-4 os.



30 min



łatwe



przystępne



## Składniki:

- 1/2 opakowania pełnoziarnistego makaronu świderki
- brokuł świeży
- 100 g sera z niebieską pleśnią
- 1/2 szklanki mleka
- mały jogurt naturalny (ok. 180g)
- pojedynczy filet z piersi kurczaka (ok. 200g ; ja użyłam wcześniej usmażonej piersi)
- 2 łyżki oleju
- 2 ząbki czosnku
- cebula
- sól, pieprz, gałka muskatołowa (wg uznania)

## Sposób przygotowania:

- 1 Brokuła ugotować w całości al dente, najlepiej na parze lub w lekko osolonej wodzie. Podzielić na różyczki. Korzeń zetrzeć na tarce o małych oczkach (nic się nie może zmarnować!). ;)
- 2 Makaron ugotować al dente zgodnie z instrukcją na opakowaniu, odcedzić.
- 3 Czas przygotować sos serowy - cebulę należy pokroić w drobną kostkę. Na patelni rozgrzać olej wraz z przeciśniętym przez praskę czosnkiem, cebulą oraz startym korzeniem brokuła. Podsmażyć kilka minut, w razie potrzeby podlewać mlekiem/wodą. W wersji mięsnej dodać kurczaka pokrojonego w kostkę i obsmażyć kilka minut.
- 4 Wlać mleko, pokrojony w kostkę ser i makaron, cały czas mieszając zawartość patelni. Trzymać na średnim ogniu przez kilka minut (do roztopienia sera).
- 5 Makaron wymieszać z jogurtem i różyczkami brokuła. Doprawić wg uznania.
- 6 Gotowe danie można już nakładać na talerze. Moja propozycja podania to dodatek posiekanej natki pietruszki i podprażonych płatków migdałowych :)

## Twoje notatki do przepisu: