

Pierś z kurczaka z karczochami



Autor: **smakowisko**
Przepisów: 71 Ocena: 1064

 3-4 os.  60 min  średnie  przystępne



Składniki:

- filety z piersi kurczaka, 4
- masło, 2 łyżki
- oliwa z oliwek, 2 łyżki
- czerwona cebula, 2
- sok z cytryny, 2 łyżki
- białe wytrawne wino, 150 ml
- bulion z drobiu, 150 ml
- mąka, 2 łyżki
- karczochy ze słoika, 1
- sól, pieprz, do smaku

Sposób przygotowania:

- 1 Piersi z kurczaka oczyścić, oprószyć solą i pieprzem. Na patelni rozgrzać oliwę i 1 łyżkę masła. Podsmażyć piersi z każdej strony przez 4-5 minut, aż się zrumienią. Wyjąć z patelni, trzymać w cieple.
- 2 Cebulę pokroić w piórka, wrzucić na patelnię i podgrzewać przez 3-4 minuty, aż się lekko zeszkli. W połowie smażenia dodać sok z cytryny. Mięso umieścić z powrotem na patelni, wlać wino i bulion, zagotować. Patelnię przykryć, całość dusić na wolnym ogniu przez 30 minut.
- 3 Mięso wyjąć z patelni i trzymać w cieple. Sos z pieczenia zagotować i na silnym ogniu trzymać przez 3 minuty. Resztę masła wymieszać z mąką na gładką pastę. Zmniejszyć ogień i stopniowo dodawać pastę do sosu. Mieszać dopóki sos nie zgęstnieje. Sos doprawić solą i pieprzem. Dodać osączone i przekrojone na połówki karczochy. Podgrzewać jeszcze 2 minuty. Sos z karczochami wylać na kawałki kurczaka i od razu podawać.

Twoje notatki do przepisu: