

Sos brokułowy z kurczakiem



Autor: **murphy**

Przepisów: **16** Ocena: **347**



3-4 os.



30 min



średnie



przystępne



Składniki:

- Pierś kurczaka, 1
- brokuł, 1
- cebula, 2 średnie
- ząbek czosnku, 1
- olej, 2 łyżki
- śmietana, 1/2 szklanki
- sól, pieprz, odrobina
- zielona pietruszka lub kolendra, do posypania
- makaron (penne, kokardki, kolanka, muszelki), 1 opakowanie

Sposób przygotowania:

- 1 Posiekane cebule i czosnek zeszklij na rozgrzanym oleju.
- 2 Pierś kurczaka umyj, osusz, pokrój w nieduże paski i wrzuć na patelnię z cebulą i czosnkiem. Mieszając, smaż około 15 minut, pod koniec dopraw solą i pieprzem.
- 3 Różyczki brokułu blanszuj przez 2 minuty w osolonym wrzątku, odcedź, dodaj do kurczaka.
- 4 Różyczki brokułu blanszuj przez 2 minuty w osolonym wrzątku, odcedź, dodaj do kurczaka.
- 5 W dużej ilości osolonego wrzątku ugotuj makaron al dente.
- 6 Odcedź i podawaj polany sosem i posypany posiekaną pietruszką lub kolendrą.

Twoje notatki do przepisu: