

Przepisy



Ćwiartka z kurczaka z makaronem i sosem curry



15 min + gotowanie 40 min



4 os.



480 kcal/os.



3,50 zł/os.

Lista zakupów

- ćwiartka z kurczaka - 4 szt.
- pomidory - 3 szt.
- mąka - 1/2 łyżki
- kostka bulionowa - 1 szt.
- curry - 2 łyżki
- makaron - 1 opak.
- sos sałatkowy - 1 opak.
- olej - 4 łyżki
- cebula - 2 szt.
- woda - 2 szklanki
- mix sałat - 1 opak.
- sól - 1/2 łyżki
- pieprz - 1/2 łyżki

Krok 1.

Mięso umyj i osusz. Oprósz solą i pieprzem. Wstaw do lodówki na ok. 1 godzinę.



Krok 2.

W rondlu o grubym dnie na rozgrzanym oleju przesmaż drobno posiekaną cebulę. Następnie włóż mięso obtoczone w mące i delikatnie je podsmaż do zarumienienia.



Krok 3.

Pomidory sparz, obierz ze skórki i pokrój w kostkę. Dodaj do kurczaka. Następnie zalej mięso wodą, dodaj curry i kostkę bulionową. Duś ok. 30 minut, aż mięso będzie miękkie.



Krok 4.

Ugotuj makaron. Mix sałat polej sosem przygotowanym według przepisu na opakowaniu. Smacznego!

