

Kurczak w sosie curry



Trudność: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Czas przygotowania: 15min , Czas gotowania: 20min

Całkowity czas: 35min , Porcja: 4

315 Kalorii , **0 g** Cukrów , **3 g** Tłuszczu , **66 g** Białek

Autor: Redaktor

Link: <https://srecepty.pl/kurczak-w-sosie-curry>

Przygotowanie

Pierś z kurczaka umyj i pokrój w kosteczki. Wymieszaj z łyżką oleja, dodaj curry i posól. Cebulę obierz i posiekaj drobno. Następnie duś ją na małym ogniu przez parę minut. Dodaj rozgnieciony czosnek. Gdy cebula będzie złota dodaj kurczaka i pozostaw w zalewie na 10 minut. Po tym przełóż kurczaka w sosie na patelnię i obsmażaj go tak długo, aż będzie miękki. Dodaj paprykę pokrojoną drobno i kukurydzę i wszystko razem jeszcze przez chwilę obsmażaj.



Porady dotyczące przepisu

Kurczaka podawaj z gotowanym ryżem. Danie to wyśmienicie smakuje z piwem.



Składniki

- ✓ 300 g piersi z kurczaka
- ✓ 1 łyżka oleju słonecznikowego
- ✓ 1 papryka
- ✓ 1 garnuszek kukurydzy
- ✓ 1 cebula
- ✓ 1 ząbek czosnku
- ✓ 1 1/2 łyżeczki kari przyprawy (curry)
- ✓ 1 szczypta soli

Kategorie

Zwykły dzień, Drób i królik, Mięso, Dania główne