

Plnené kuracie prsia

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 35 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Každú porciu kuracích prs (4 ks) narežeme, čím vytvoríme kapsu, ktorú naplníme pokrájanými tvarôžkami. Jednotlivé porcie zopneme ihlou alebo špáradlom, jemne osolíme a okoreníme a zo všetkých strán opečieme na rozpálenom oleji. Potom ich podlejeme pivom, pridáme cibuľu pokrájanú na kolieska a pod pokrievkou dusíme v rúre domäkka. Podľa potreby podlievame už len vodou alebo vývarom, pivo dáme len na začiatku. Podávame s dusenou ryžou a zeleninovým šalátom.

Ingrediencie

- **Bezlepkový ležiak 0,5 l** - 250 g
- **Olomoucké tvarôžky Malé 100 g** - 100 g
- **Cibuľa voľná** - 80 g
- **Kuracie mäso** - 800 g
- **Olej slnečnicový** - 20 g
- **Mleté čierne korenie** - 3 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

