

Kurací krém so zeleninou

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 40 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Kuracie mäso zalejeme vodou, osolíme, uvedieme do varu, pridáme nakrájanú cibuľu. Uvaríme domäkka a vývar zlejeme. Mäso nakrájame na menšie kúsky. Očistenú koreňovú zeleninu nakrájame na kocky, zalejeme trochou vývaru a podusíme. Z masla a preosiatej múky pripravíme zásmazku. Za neustáleho miešania ju zalejeme vlažným vývarom, uvedieme do varu a varíme aspoň pol hodiny. Potom dochutíme muškátovým kvetom, znovu prevaríme a scedíme cez husté sito. Precedenú polievku zjemníme mliekom, krátko prevaríme, pridáme podusenú koreňovú zeleninu, sterilizovanú fazuľku a hrášok, pokrájané kuracie mäso a dosolíme.

Ingrediencie

- **Bezlepková múka Nomix 500 g** - 20 g
- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 120 g
- **Mrkva** - 50 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Petržlen** - 50 g
- **Zeler** - 50 g
- **Kuracie mäso** - 300 g
- **Pitná voda nesýtená** - 530 g
- **Sterilizovaný hrášok** - 30 g
- **Maslo** - 40 g
- **Zelené fazuľové struky** - 30 g
- **Muškatový kvet** - 0.5 g
- **Kuracie bujón** - 10 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

