

Pečené kura so zeleninou

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup prípravy

Kuracie štvrtky posolíme a opečieme na oleji, podlejeme vodou a dopečieme v predhriatej rúre. K polomäkkému kuraťu prídáme pokrájanú zeleninu a pečieme domäkka. Niekoľko minút pred dokončením vložíme do šťavy odkvapkaný sterilizovaný hrášok a fazuľu.

Ingrediencie

- **Mrkva** - 40 g
- **Karfiol** - 60 g
- **Kaleráb** - 40 g
- **Kuracie mäso** - 1000 g
- **Olej repkový** - 40 g
- **Sterilizovaný hrášok** - 40 g
- **Zelené fazuľové struky** - 40 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

