

www.SztukaKulinarna.pl

Filety z kurczaka w kapuście

ilość porcji **0** czas trudność **łatwe** koszt **średni**

Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
		piersi z kurczaka	2 piersi kurczaka

Przepis Kapustę poszatkować, cebulę pokroić w cienkie półkrążki, marchewkę zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Cebulę podsmażyć na niewielkiej ilości oleju, dodać kapustę, marchew, przyprawy, podlać kilkoma łyżkami wody i dusić pod przykryciem. Piersi kurczaka pokroić w kostkę, włożyć do jarzyn (kto woli, może przedtem podsmażyć mięso na oleju) i gotować do chwili, aż będzie miękkie. Na koniec wlać śmietanę rozmieszaną z mąką, doprowadzić do wrzenia. Podawać z ziemniakami z wody lub kluskami kładzionymi. Składniki

2 piersi kurczaka, ćwierć główki białej kapusty, cebula, marchewka, pół szkl. śmietany, łyżeczka mąki, łyżka przyprawy do zup, olej, pieprz, sól.