

www.SztukaKulinarna.pl

Kurki duszone I

ilość porcji **6** czas trudność **łatwe** koszt **tanie**

Potrzebujemy

ilość	jm	produkt	komentarz
1	kg	kurek	
3	szt	czosnek	
1	łyżeczki	ziół prowansalskich	
3	łyżki	oliwa (olej)	
0.5	szt	rosół	
2	łyżki	sok z cytryny	
2	łyżki	pomidor	
		szczypta	
		cukru,sól,pieprz.	

Przepis Dokładnie umyte i osuszone kurki podsmażyć na gorącej oliwie na silnym ogniu, zmniejszyć płomień i smażyć jeszcze 10 - 15 min. Przecier pomidorowy wymieszać z roztartym czosnkiem, solą, pieprzem, cukrem, ziołami prowansalskimi i bulionem. Wlać do grzybów, doprowadzić do wrzenia i dusić na niewielkim ogniu ok. 50 min. Pod koniec dodać sok z cytryny. Podawać z pieczonymi ziemniakami i surówkami lub jako dodatek do kotletów. Składniki

1 kg kurek, 2 - 3 ząbki czosnku, łyżeczka ziół prowansalskich, 2 - 3 łyżki oliwy, 0.5 szkl. bulionu, 2 łyżki soku z cytryny, 2 łyżki przecieru pomidorowego, szczypta cukru, sól, pieprz.