
KURCZĘ GOTOWANE W WARZYWACH

Dodano: 2010-01-01 14:40:05

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1188 razy.

1 brojler (ok. 80 dag)
40 dag warzyw mieszanych (marchew, pietruszka,, seler),
10 dag cebuli
2 ząbki czosnku
2 łyżki posiekanych listków roślin przyprawowych (lubczyk, bazylia, tymianek) lub suszonych
15 dag pomidorów świeżych lub mrożonych
4 łyżki umytej, drobno posiekanej naci pietruszki z koperkiem,
sól
pieprz

Tuszkę oczyścić , umyć , pokrajać na porcje, posolić . Warzywa umyć , oczyścić , opłukać , rozdrobnić w paski na specjalnej szatkownicy, wsypać do rondla, posolić , wymieszać z przyprawami. Włożyć porcje kurczaka tak, aby były przykryte warzywami, dodać drobno posiekany czosnek, wlać kilka łyżek wody. Dusić pod przykryciem, w miarę potrzeby skrapiając wrzącą wodą. Umyć pomidory, mrożone od razu obrać ze skórki, pokrajać i dodać do duszącej się potrawy (gdy kurczę zmięknie). Świeże pomidory przed pokrajaniem sparzyć wrzącą wodą. Dusić jeszcze kilka minut. Gotową potrawę wyłożyć na półmisek, oprószyć pieprzem, posypać posiekaną zieleniną. Podawać na gorąco z dodatkiem ziemniaków purée (1 - 1 1/2 łyżki na porcję) i z surówkami.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD