
Kurczę w potrawce z warzyw 15 min

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1144 razy.

Kuchnia z szybkowaru

1 kurczę

3 małe kalarepki

1 marchew

20 dag kalafiora (czwarta część dużego)

0,75 szklanki groszku zielonego

1 mały kawałek selera

1 łyżeczka mąki

0,5 szklanki śmietany

sól do smaku

woda

Sprawione kurczę pokroić na porcje, oczyszczone warzywa na plasterki i wraz z groszkiem zielonym włożyć do szybkowaru, posolić i zalać wodą tak, by wszystko ledwie pokryła. Zamknąć szybkowar i ogrzewać 15 minut od momentu przekroczenia progu ciśnienia wewnętrznego. Po otwarciu szybkowaru doprawić potrawę wymieszaną z mąką śmietaną i zagotować. Podawać z ryżem.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD