

---

# Kurczak nadziewany ryżem

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4199 razy.

Składniki na 4 porcje:

1 sprawiony kurczak (ok. 1,3 kg),  
75 dag porów,  
1 średnia cebula,  
1-2 papryczki chili,  
13 dag długoziarnistego ryżu,  
10 dag orzeszków ziemnych,  
1 pojemnik (20 dag) śmietany kremówki  
1 szklanka rosółu (instant),  
2 łyżki oleju,  
1 łyżka masła lub margaryny,  
1 łyżka mąki,  
sól,  
pieprz,  
curry.

Obrać cebulę, pokroić w kostkę. Naciać wzdłuż papryczki chili, usunąć pestki, miąższ posiekać. Rozgrzać olej na patelni, podsmażyć cebulę, chili i orzeszki ziemne. Wsypać ryż, wlać szklankę wody. Doprawić solą, pieprzem i curry. Gotować 20 minut pod przykryciem. Oplukać i osuszyć tuskę, napełnić ryżem. Spiąć otwór wykałaczkami, związać kurczaka nitką. Natrzeć solą oraz pieprzem. Piec godzinę w piekarniku w temperaturze 175 stopni. Oczyszczyć i oplukać pory. Przekroić wzdłuż na pół, a następnie pokroić na kawałki. Blanszować je około 5 minut w osolonej wodzie. Tłuszcz rozpuścić, zrobić zasmażkę z mąki oraz 1-2 łyżeczek curry. Dodać rosół i śmietanę, zagotować. Doprawić jeszcze raz solą i pieprzem oraz curry. Podawać do kuraczaka.

przygotowanie - około 1 i 3/4 godziny

1 porcja - 910 kalorii