

Kuřecí prsa na přírodně s cuketovými těstovinami

Kategorie: [Maso](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Kuřecí prsa 300 g
- Těstoviny 250 g
- Zakysaná smetana 3 lžíce
- Pepř, sůl 1 ks
- Olej 1 ks
- Vegeta 1 ks
- Bazalka 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Kuřecí prsa jsem si umyla a nařezala na 2 až 3 kousky. Ty jsem si pak okořenila solí, pepřem a troškou vegety. Na teflonové pánvi, jsem je smažila na trošce oleje, asi tak 4-5 min. z každé strany.

Těstoviny jsem si uvařila podle návodu. Tedy do vařící vody jsem přidala lžičku soli a lžičku oleje, přidala jsem těstoviny a asi za 8-10 min. jsem je uvařila. Třeba je ochutnat.

Z Cuketová omáčky, kterou jsem dělala k hovězímu masu mi zvýšilo tak 1,5 porce. Proto jsem si k omáčce přimíchala přibližně 3 lžíce zakysané smetany, okořenila jsem ji a když byly těstoviny hotové přimíchala jsem je k nim. Těstoviny můžeme ještě dochutit sušenou nebo i čerstvou bazalkou.

