

Krůtí na zázvoru s medovou glazurou

Kategorie: [Maso](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- krůtí prsa 500 g
- lilek 1 ks
- červená paprika 1 ks
- med 1 lžíce
- olej 3 lžíce
- kukuřičný škrob 2 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Krůtí prsa nakrájíme na nudličky, stejně jako lilek a papriku. Krůtí nesolíme, ale zlehka obalíme v kukuřičném škrobu a zprudka opečeme na rozpáleném oleji, nejlépe v hluboké pánvi. Když se maso zavře a lehce zezlátne, přidáme lilek a společně restujeme.

Když je lilek skoro měkký, přidáme papriku, lžici medu, zázvor a osolíme. Za stálého promíchávání dokončíme, až je paprika „tak akorát“ (není rozvařená). Podáváme s oblíbenou přílohou, nejlépe s rýží.

Pozn.: Naučila jsem se maso před přípravou na pánvi (různé kostky a nudličky, ale i plátky...) nesolit hned a zůstává tak krásně šťavnaté - sůl z něj vytahuje vodu!