

Těstovinový mls s brokolicí

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- vegeta 1 ks
- smetana 200 ml
- těstoviny 500 g
- maso kuřecí 3 plátek
- mouka hladká 1 lžíce
- brokolice 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Drůbeží maso omyjeme a pokrájíme na nudličky. Maso opepříme, přidáme oblíbenou kořenici směs a zalijeme několika polévkovými lžicemi olivového oleje.

Na rozpálené pánvi orestujeme připravené maso, zaprášíme ho hladkou moukou, zalijeme třemi dl vody a necháme povařit za občasného míchání asi 15 minut. Zatím v hrnci ve slané vodě uvaříme brokolici, ale pozor, aby se příliš nerozvařila.

Brokolici vyjmeme a ve zbylém vývaru, který doplníme vodou, uvaříme těstoviny podle návodu. K podušenému masu přilijeme smetanu, omáčku můžeme dle potřeby rozředit vodou, nebo naopak zahustit instantní jíškou. Necháme přejít varem. Na talíři servírujeme těstoviny zalité omáčkou s masem a zdobíme teplou povařenou a na růžičky rozebranou brokolicí.

