

Kuře s lupínky

Kategorie: [Maso](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- kuřecí prsa 500 g
- česnek 3 stroužek
- koření grilovací 1 ks
- olej na smažení 1 ks
- sůl 1 ks
- kukuřičné lupínky 350 g
- sýr strouhaný 200 g

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Kuřecí prsa omyjeme, osušíme, nakrájíme na kousky a marinujeme v chladu spolu s prolisovaným česnekem, grilovacím kořením a olejem.

Mezitím smícháme lupínky, eidam, trochu oleje a necháme uležet. Do vymazaného pekáče položíme vrstvu směsi s lupínky, vrstvu masa a na ni opět vrstvu s lupínky.

Pečeme asi 30 minut při 180–200 °C. Kuře podáváme s bramborovou kaší a zeleninovým salátem.