

Krůtí kousky s brokolicí a rýží

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Jasmínová rýže 400 g
- Krůtí prsa 500 g
- Sójová omáčka 3 lžíce
- Ústřičná omáčka 1 lžíce
- Chilli paprička 2 ks
- Sezamová semínka 1 lžíce
- Olivový olej 2 lžíce
- Jarní cibulka 4 ks
- Menší brokolice 1 ks
- Sůl dle chuti 1 ks
- Pepř dle chuti 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Restování

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rýži uvařte podle návodu na obalu doměkka. Mezitím nakrájejte krůtí maso na nudličky, smíchejte jej ve směsi ze sójové omáčky a ústřičné, nasekané chilli papričky a sezamová semínka. Na oleji orestujte nakrájenou jarní cibulku, přidejte marinované maso a restujte doměkka, asi 10 minut. Po pěti minutách vmíchejte vroucí vodou přelitě hlavičky brokolice. Můžete je i dopředu blanšírovat. Dochutěte podle potřeby solí a pepřem a podávejte s rýží.