

Těstoviny se zeleninou a kuřecím masem

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Suzannka



Suroviny

- Těstoviny 500 g
- Kuřecí prsa 400 g
- Mandlové lupínky 2 hrst
- Cuketa 1 ks
- Rajčata 4 ks
- Olivový olej 3 lžíce
- Česnek 3 stroužek
- Sůl 1 špetka
- Mletý pepř 1 špetka
- Pažitka 1 hrst

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Restování

Země: Česká republika

Postup:

Mandlové lupínky nasucho opražíme v teflonové pánvi a vyndáme. Cuketu omyjeme, podélně rozkrojíme, podle potřeby vykrojíme semeník a nakrájíme na kostičky. Kuřecí prsa omyjeme, osušíme a rovněž nakrájíme na kostičky. Rajčata spaříme vařící vodou, oloupeme slupku a rovněž nakrájíme na kostičky. V pánvi rozežřejeme olivový olej a maso ze všech stran opečeme za stálého míchání dozlatova. Potom přidáme kostičky cukety a rajčat a opékáme za občasného promíchání dalších 8 minut. Přimícháme prolisovaný česnek, špetku sušené citronové kůry, osolíme, opepříme a směs odstavíme z plotny. Těstoviny uvaříme obvyklým způsobem v dostatečném množství osolené vody podle návodu na obalu, scedíme, prolijeme horkou vodou, necháme okapat, smícháme se zeleninou a masem a společně ještě krátce prohřejeme. Porce těstovin posypeme nasekanou zelenou natí a opraženými mandlovými lupínky.

