

Filety z kurczaka w sosie pomidorowym

KUCHARECZEKJEDEN



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z kurczaka	2 sztuki
mąka	1 łyżka
olej	3 łyżki
por (biała część)	
cebula	
koncentrat pomidorowy	2 łyżki
sól	
chili Prymat	
Liść laurowy suszony Prymat	2 sztuki
Ziele angielskie całe Prymat	5 ziarenek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety kroimy w kostkę, dodajemy sól i pieprz do smaku. Posypujemy mąką i smażymy na oleju. Pora i cebulę obieramy. Pora kroimy w krążki a cebulkę w półkrążki, dodajemy do mięsa i szklimy. Wlewamy 3/4 szklanki wody, dodajemy ziele angielskie i liść laurowy. Dusimy około 5 minut, dodajemy koncentrat pomidorowy. Doprawiamy chili. Podajemy z grubszym makaronem.