

Filety z kurczaka w sosie śmietanowym

ELA15



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z piersi kurczaka	4 szt.
śmietana	0,5 szkl.
olej	2 łyżki
sól	
pieprz	
bulion	0,5 szkl.
rzodkiewka	1 pęczek
Papryka słodka mielona Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso oprószyć solą, pieprzem i papryką. Rzodkiewki oczyścić, umyć, pokroić w plasterki. Olej rozgrzać na patelni, włożyć filety. Smażyć po ok. 4 min. z każdej strony. Dodać pokrojone rzodkiewki. Smażyć 2-3 min. Wlać śmietanę wymieszać. Przyprawić do smaku. Przykryć, dusić 15 min.