

Pomidorowa z kaszą wg Heni

HENRYKA2



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

udko z kurczaka	1 szt
marchewka	1 szt
mała pietruszka	1 szt
kawałek selera	
koncentrat pomidorowy	3 łyżki
natka pietruszki	
Liść laurowy suszony Prymat	
sos sojowy	
czosnek	1 ząbek
biała część pora	
słodka śmietana	
kasza jęczmienna	3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Udko umyć, zalać 1,5 litra wody i zagotować. Odszumować i dodać pokroją w drobną kostkę włoszczyznę (pora w półkrażki). Dodać razem z podanymi przyprawami do wywaru. Zrzucić opłukaną kaszę. Gotować do miękkości udka i kaszy. Dodać koncentrat i gotować dalsze 5 min. Zaprawić śmietanką, posypać natką. SMACZNEGO!