

Udka z kurczaka w śliwkach



IRENAM



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

udka z kurczaka	4 szt
śliwki suszone	100 gram
rodzynki	50 gram
sól do smaku	
sok jabłkowy	1/2 szklanki
Imbir mielony Prymat	1/2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Śliwki pokroić w mniejsze części i razem z rodzynekami zalać sokiem i pozostawić na około 30 minut.
- KROK 2 Udka posolić i posypać imbirem a następnie obsmażyć z obu stron.
- KROK 3 Udka zalać namoczonymi śliwkami z rodzynekami i dusić pod przykryciem aż do miękkości.
- KROK 4 Udka wykładamy na talerz, kładziemy kilka śliwek i rodzynek. Pozostałe owoce można zmiksować blenderem i lekko zagęścić ulubioną metodą i podać jako sos. Podawać z ziemniaczkami i dodatkiem witaminowym. Smacznego!