

Szybki gulasz a'la curry



BERNIKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka

garść mrożonej fasolki szparagowej

łyżka oliwy z oliwek

cebula

ząbek czosnku

kilka pieczarek

żółta papryka

pieprz świeżo zmielony

łyżka śmietany

1-2 łyżeczki musztardy francuskiej

1/3 łyżeczki kurkumy

natka pietruszki

sól do smaku

ryż basmati

Przyprawa curry orientalna Prymat 1/2 łyżeczki

bulion drobiowy 300 ml

jogurt naturalny 2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na rozgrzany olej wrzuciłam pokrojona w kostkę piers, do tego pokrojona cebule, paprykę i pieczarki, jak się podsmażyło dodałam czosnek podlałam bulionem, oproszyłam kurkumą, curry, wrzuciłam fasolkę i gotowało się wszystko razem przez ok 10 minut. Na koniec dodałam jogurt, śmietanę, musztardę francuską i pieprz. Posypałam natką. Wyszło takie moje curry.

Podawałam z ryżem basmati gotowanym z kurkumą, Curry było aromatyczne, kremowe i pięknie kolorowe:)