

Gulasz z bananami



CAROLINE1983



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z piersi kurczaka lub tyle samo innego miesa drobiowego	1 podwójny
cebula biała	1 szt
koncentrat pomidorowy	3 łyżki
Przyprawa curry orientalna Prymat	1 łyżeczka
sól, pieprz	do smaku
olej do smażenia	
banan	3 szt
rosół drobiowy	1 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Mięso pokroić w kostkę (jak na gulasz), obsmażyć na oleju. Przełożyć do garnka, dodać kostkę rosółową i tyle wody żeby przykryła mięso. Gotować do miękkości. Zdjąć z ognia. Cebulę obrać posiekać zeszklić na oleju i dodać do mięsa. Banany obrać, pokroić w gruba kostkę. Włożyć do garnka, podlać odrobiną wody i lekko rozgotować. Dodać koncentrat pomidorowy i curry. Wymieszać i przełożyć do mięsa. Całość dokładnie wymieszać i zagotować. W razie potrzeby przyprawić solą i pieprzem. Jeśli gulasz wyjdzie zbyt rzadki to można go zagęścić odrobiną mąki ziemniaczanej rozprowadzonej w niewielkiej ilości wody. Podawać z ryżem lub ziemniakami. Można posypać siekaną natką z pietruszki.