Kurczak na parze z salsą paprykową

CUKIERECZEK13

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka	500 g
papryka	3
cebula	1
czosnek	1 ząbek
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
Papryka ostra mielona Prymat	1/4 łyżeczki
oliwa	1 łyżka
koncentrat pomidorowy	3 łyżeczki
pomidory krojone w puszce	400 g
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
Papryka ostra mielona Prymat	1/4 łyżeczki
cukier	1 szczypta
natka pietruszki	1 łyżka
sól	
pieprz	
ryż	do podania
oregano	1 łyżeczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

KROK 1 Pierś z kurczaka płuczemy, osuszamy i kroimy w paski. oprószamy ją solą, pieprzem, papryką słodką i ostrą i odstawiamy na kwadrans. Po tym czasie kurczaka gotujemy 30 minut na parze (do miękkości). Ja użyłam metalowego sitka, ustawiłam je na garnku z gotującą się wodą na wolnym ogniu.

KROK 2 Paprykę myjemy, usuwamy gniazda nasienne i kroimy w małą kostkę. Cebulę obieramy i kroimy w kostkę, podsmażamy ją na oliwie.

KROK 3 Pod koniec smażenia dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek. Dodajemy pomidory, koncentrat, oregano i mieszamy.

KROK 4 Kolejno wsypujemy pokrojoną papryką i całość dusimy na wolnym ogniu przez około 20 minut, aż papryka będzie miękka, ale nie będzie się rozpadała.

KROK 5 W międzyczasie potrawę doprawiamy do smaku papryką słodką i ostrą, solą, pieprzem i cukrem. Danie podajemy z ryżem, smacznego :)