

Pierś faszerowana, duszona w warzywach



LUNA19



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś	3 połówki
cebula	pół małej
sól	do smaku
pieprz	do smaku
ser biały	5 dkg
marchewka	1 szt
pietruszką	1 szt
por	kawałek
mąka kukurydziana	2 łyżeczki
mleko	2 łyżki
bulion	1 szt
papryka zielona	po kawałeczku
papryka żółta	po kawałeczku
papryka czerwona	po kawałeczku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Piersi oczyścić .. przeciąć na płaty , skrawki które odpadną pozostawić do nadzienia.
Cebulę, paprykę i mięso posiekać drobno i przysmażyć, wystudzić i wymieszać z serem.
Nadziać płaty i spiąć wykałaczkami (pozostałe nadzienie pod koniec dodać do sosu)
Przymienić nadziane piersi z obu stron. Bulion rozpuścić w ok 3/4 szkl wody wrzucić marchewkę i pietruszkę, wyjąć i pokroić w słupki. Do bulionu włożyć obsmażone nadziane piersi, Przykryć warzywami i pokrojonym porem, Dusić pod przykryciem ok 20 min.. wyjąć mięso na talerze i rozrobioną w mleku mąką kukurydzianą podprawić sos. Doprawić do smaku solą i pieprzem.. P olać sosem warzywnym nadziewane piersi .. Podawać z sałatką Grecką lub inną.