

kurczak w winie na jarzynce



SYLWIA78



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filet z kurczaka	2 szt
pół białej cebuli	
pół czerwonej i żółtej papryki	
pomidor	20 dag
cukinia	1 mała
olej	2 łyżki
czosnek	3 ząbki
rozmaryn	2 gałązki
tymianek	2 gałązki
oliwa	3 łyżki
Liść laurowy suszony Prymat	3 szt
sól, pieprz	
białe wino	100 ml
buljon drobiowy	1\3 szk

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Cebule kroimy na cząstki a czosnek na cienkie plasterki. Reszta warzyw kroimy na małe kawałki. Filet zrumieniamy na oleju i smazymy po 7 minut z każdej strony. Zioła płuczemy trochę odkładamy a resztę siekamy. Warzywa listki laurowe i posiekane zioła smazymy około 10 minut na oliwie. Podlewamy winem i bulionem, dusz jeszcze 5 minut. doprawiamy. Filety zdejmujemy z patelni. Przyprawiamy. Ponacinaj w nacięcia powkładaj odłożone zioła. Podajemy z warzywami.