

Ćwiartka z kurczaka z makaronem i sosem curry



55 min.



4 os.



480 kcal/ os.



ok. 3.50 zł/os.

Składniki

- ćwiartka z kurczaka - 4 szt.
- pomidory - 3 szt.
- mąka - 1/2 łyżki
- kostka bulionowa - 1 szt.
- curry - 2 łyżki
- makaron - 1 opak.
- sos sałatkowy - 1 opak.
- olej - 4 łyżki
- cebula - 2 szt.
- woda - 2 szklanki
- mix sałat - 1 opak.
- sól - 1/2 łyżki
- pieprz - 1/2 łyżki

Sposób przygotowania

Mięso umyj i osusz. Oprósz solą i pieprzem. Wstaw do lodówki na ok. 1 godzinę.

W rondlu o grubym dnie na rozgrzanym oleju przesmaż drobno posiekaną cebulę. Następnie włóż mięso obtoczone w mące i delikatnie je podsmaż do zarumienienia.

Pomidory sparz, obierz ze skórki i pokrój w kostkę. Dodaj do kurczaka. Następnie zalej mięso wodą, dodaj curry i kostkę bulionową. Duś ok. 30 minut, aż mięso będzie miękkie.

Ugotuj makaron. Mix sałat polej sosem przygotowanym według przepisu na opakowaniu. Smacznego!