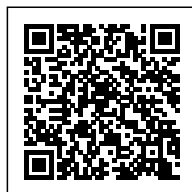




KURACIE PRSIA S KOKOSOVÝM MLIEKOM OD HUGA





Príloha: KARI RYŽA s červenou paprikou.

Horúce letné dni k nám konečne dorazili, tak by to chcelo niečo odľahčené. Ak ste ešte nikdy nevyskúšali jedlo s kokosovým mliekom, odporúčam vyskúšať! Lahodné, jemné, vynikajúce. Tento recept pripravíte za pár minút a verím, že vám bude chutiť.



Budete potrebovať: (na 4 porcie)

500 gramov kuracích prs (môžete použiť aj morčacie prsia)

150 gramov čerstvých šampiňónov

kúsok zázvoru

olej, soľ, mleté čierne korenie, solamyl

petržlenovú vňať

KARI RYŽA s cesnakom a kápiou:

1 hrnček ryže (3 dcl)

2 hrnčky (3 dcl) vody

1 strúčik cesnaku

1/2 čerstvej červenej papriky (kápia)

vegeta (alebo soľ)

Postup:

Najskôr si pripravte ryžu. Počas dusenia ryže máte čas na prípravu kuracích prs. Osmažte nakrájaný cesnak s na drobno nakrájanou paprikou. Pridajte 1 hrnček umytej ryže, malú lyžičku vegety alebo soľ, trochu Kari korenia. Zalejte 2 hrnčkmi vody, prikryte pokrievkou a duste na najmenšom ohni. Ak máte nádobu vhodnú do rúry, vložte hrniec tam, ryža bude za 20 minút hotová. (na 180stupňoch)

Príprava mäsa: Na veľkej panvici rozpáľte trochu oleja. Osmažte na rýchlo na kúsky nakrájané kuracie prsia, pridajte nakrájané šampiňóny, na drobno nakrájaný zázvor a petržlenovú vňať. Pridajte soľ a čierne mleté korenie. Rýchlo všetko osmažte a zalejte kokosovým mliekom (250 ml), v ktorom zamiešate 1 malú lyžičku škrobu. Chvíľu povarte, aby sa vytvorila správna hustota omáčky.

HOTOVO!

Dobrá chuť priatelia!

Váš Hugo