

Kuřecí maso s fazolemi v rajčatové omáčce

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 25 minut

Postup přípravy

Rozehřejeme pánev a přidáme olivový olej. Na rozpálenou pánev přidáme najemno červenou cibuli a restujeme přibližně 5 minut, než bude krásně jemná. Přidáme česnek a chilli, promícháme a restujeme další minutu, aby se uvolnilo aroma. Snížíme teplotu, přidáme fazole, kapary a takto vaříme přibližně 5 minut. Ochutíme mletým pepřem. Přimícháme polovinu petrželky. Mezitím si předehejeme nepřilnavou pánev na vysokou teplotu a přidáme olivový olej. Přidáme kuřecí prsa překrojená podélně na polovinu a opékáme několik minut z každé strany, dozlatova. Rozdělíme kuřecí prsa na talíře a přelijeme je připravenou fazolovou směsí. Ozdobíme petrželkou. Podávat se zelenými fazolovými lusky orestovanými na oleji.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Česnek** - 5 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Petrželová nať** - 5 g
- **Paprika červená chilli** - 20 g
- **Kuřecí maso** - 500 g
- **Kapary efko 105 ml** - 10 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Fazolky zelené** - 425 g
- **Fazole v rajčatové omáčce** - 430 g
- **Pepř čtyř barev celý 16 g** - 2 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

