

Kuřecí prsíčka s citronovou omáčkou

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup přípravy

Citróny omyjeme horkou vodou. Z jednoho citronu odstraníme kůru a šťávu vymačkáme. Z obou zbylých citrónů seřízneme nožem kůru včetně bílého podkoží až na dužinu, pak opatrně vyjmeme jednotlivé filety a dáme si je stranou. Bylinky nasekáme najemno. Kuřecí řízky osolíme a opeříme. V pánvi rozpálíme olej a maso opražíme ze všech stran 6 minut. Poté maso zalijeme vínem. Tekutinu vyvaříme, přidáme trochu citronové šťávy a trochu citronové kůry a povaříme 15 minut. Maso vyndáme z omáčky a uložíme na teplé místo. Smetanu, vývar a bylinky přidáme do omáčky a necháme přijít k varu. Nakonec vmícháme filety citrónu. Maso s omáčkou podáváme s okurkovým salátem a přírodní rýží.

Ingredience

- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Petrželová nať** - 2 g
- **Citróny** - 60 g
- **Kuřecí maso** - 600 g
- **Oregáno drcené** - 2 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Chardonnay pozdní sběr víno polosuché bílé 0,75 l** - 200 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Milkin smetana ke šlehání 33% 250 ml** - 200 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 8 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

