fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Kurczak pieczony z boczniakami bez cukru - przepis

Czosnek wkładamy w nacięcia filetów. Sos z pieczenia redukujemy osobno.

Porcje: 4 porcje

Składniki

Zapiekanka

- 400 g filetów kurczaka
- 4 duże ząbki czosnku
- ½ szklanki bulionu bez dodatku cukru
- 50 g suszonych grzybów
- 250 g boczniaków
- 2 łyżki posiekanej natki i dodatkowo do posypania
- 4 łyżki masła
- 4 łyżki śmietanki 30%
- sól, świeżo mielony pieprz

Przygotowanie krok po kroku

Przygotowanie

1. Rozgrzej piekarnik do 180°C. Każdy filet podziel na 2 części, dopraw solą i pieprzem. Na wypukłej stronie zrób małe nacięcia; wsuń cienkie plasterki obranego czosnku.
2. Opłucz suszone grzyby, włóż do naczynia żaroodpornego i zalej bulionem. Ułóż kawałki boczniaków, posól i popieprz.
3. Posyp 2 łyżkami natki. Ułóż filety nacięciami do góry, posyp dodatkową natką.
4. Rozłóż masło na filetach, polej całość śmietanką. Piecz około 40 minut w nagrzanym piekarniku.

5. Wyjmij naczynie; zlej sos do garnuszka. Gotuj na dużym ogniu około 5 minut, do zagęszczenia i około ½ szklanki objętości. Wlej z powrotem do kurczaka.

Źródło przepisu: https://www.kwestiasmaku.com/kuchnia_polska/kurczak/zapiekany_z_boczniakami/przepis.html