

"Čína" podle Věry



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

768 kalorií , **0 g** cukrů , **21 g** tuků , **123 g** bílkovin

Autor: Sonia005

Odkaz: <https://srecepty.cz/cina-podle-very>

Příprava

Maso omyjeme a osušíme. Nakrájíme na tenké nudličky a necháme chvíli stranou. Všechny ingredience kromě paprik vložíme do mísy a promícháme. Vhodíme kuřecí nudličky a opět promícháme. Necháme přes noc marinovat. Poté vhodíme na rozpálenou pánev a chvíli smažíme. Mírně podlijeme vodou, vhodíme na tenké proužky nakrájenou papriku a dusíme doměkka. Podáváme s rýží, nebo hranolkami.

Ingredience

- 500 g kuřecích prsou
- 2 vejce
- 1 lžička soli
- 1 lžička rostlinného oleje
- 1 lžička sojové omáčky
- 1 lžička Maggi
- 1 lžička worcestrové omáčky
- 1/2 lžičky mleté papriky
- 1/2 lžičky pepře
- 2 lžičky Solamylu
- 1 velká cibule nakrájená na kolečka
- 2 papriky různé barvy

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod

