

Indická krutí směs na kari s jablky



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

176 kalorií , 0 g cukrů , 14 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/indicka-kruti-smes-na-kari-s-jablky>

Příprava

Krutí prsa a jablka důkladně omyjeme. Maso nakrájíme na kostičky. Jablka oloupeme, odstraníme jadřinec a také nakrájíme na kostičky. Cibuli nakrájenou na drobno vložíme do hrnce s rozehřátým olejem a necháme zesklovatět. Poté přimícháme maso a restujeme do měkka.

Následně zaprášíme kari kořením, přidáme sůl, pepř a zalijeme smetanou předem smíchanou s moukou. Takto připravenou směs necháme projít varem. Po zhoustnutí přidáme jablka a ještě přibližně 8 minut povaříme na mírném plameni.

▣ Tip k receptu

Jako přílohu můžeme zvolit hranolky, rýži či brambory.



Ingredience

- 2 krutí prsa
- 2 dcl smetany ke šlehání (šlehačky)
- 2 jablka
- 2 lžičky kari koření
- špetka soli
- špetka pepře
- 1 cibule
- 2 lžíce olivového oleje
- 1 lžíce hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Indická, Celoročně, Drůbež a králík, Maso, Ovoce, Návštěva, Rodina, Hlavní chod, Omáčka