

Krůtí maso s cuketami na pivu



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

457 kalorií , **12 g** cukrů , **31 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-maso-s-cuketami-na-pivu>

Příprava

Maso nakrájíme na nudličky, osolíme, opepříme a obalíme v mouce. Nudličky orestujeme na rozehřátém oleji, pak přidáme nadrobno nakrájenou cibuli, společně osmahneme, přihodíme plátky česneku a zastříkneme kečupem. Zalijeme pivem, přidáme nakrájenou cuketu a pod pokličkou asi 5 minut podusíme. Směs odklopíme, přimícháme nudličky pórku a vše necháme ještě asi 3 minuty vařit. Dochutíme solí a pepřem a můžeme podávat.

Tip k receptu

Jako příloha se nejlépe hodí rýže nebo čerstvý chléb.

Ingredience

- 500 g krůtích prsou
- sůl
- pepř
- 1-2 lžičky polohrubé mouky
- 3 stroužky česneku
- 4 lžičky kečupu
- 1 velká cibule
- 1 sklenka piva
- 1 pórek
- 1 střední mladá cuketa
- 2 lžičky oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

