

Kuře Chow Mein



Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 20min , Porce: 2

2424 kalorií , **27 g** cukrů , **67 g** tuků , **96 g** bílkovin

Autor: barbora studená

Odkaz: <https://srecepty.cz/kure-chow-mein>

Příprava

Nudle uvaříme v osolené vodě. Scedíme, propláchneme a smícháme s 2 lžícemi oleje. Cibuli nakrájenou na plátky a česnek nakrájený nadrobno smažíme 2 minuty na 2 lžících oleje. Přidáme kuře nakrájené nadrobno a za stálého míchání smažíme 3-4 minuty. Přidáme houby nakrájené na plátky. Pokapeme vínem a sójovou omáčkou, posypeme cukrem a osolíme. Směs smažíme dokud není skoro suchá. Přidáme nudle. Zakapeme vývarem. Zahříváme dokud se tekutina nezačne vyvážet. Podáváme s chilli omáčkou a tmavou sójovou omáčkou. Ke kouskům kuřete můžeme také přidat 50g zelených fazolek nakrájených na plátky, 50g hrášku nebo 50g na nudličky nakrájené mrkve.

Ingredience

- 450 g vaječných nudlí
- 1 cibule
- 50 g hub
- 3 jarní cibulky
- 2 stroužky česneku
- 4 lžíce oleje
- 170 g kuřecích prsou
- 2 lžíce sojové omáčky
- 1 lžíce cukru
- 1 lžíce rýžového vína nebo suchého sherry (normální víno nebo nemusí být)
- 6 lžic drůbežího vývaru

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Exotika, Rodina, Hlavní chod