

# Kuřecí prsa s mořskými plody

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 40min , Porce: 5

1172 kalorií , 0 g cukrů , 16 g tuků , 49 g bílkovin

Autor: andrea92

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-prsa-s-morskymi-plody>

## Příprava

Orestujeme na drobné kostičky osmaženou cibuli a prolisovaný česnek. Kuřecí maso si nasekáme na kostičky a přidáme k cibuli. Zalijeme asi dvěma naběračkami vývaru a asi 10 minut necháme podusit. Přidáme rýži, zalijeme zbytkem vývaru, dochutíme šafránem, solí a pepřem a vaříme přibližně 15 minut. Asi po 5 minutkách přisypeme mořské plody a asi po 10 minutách přisypeme hrášek a papriku.

### Tip k receptu

Můžeme ozdobit čerstvou petrželkou.

## Ingredience

- 1 lžíce rostlinného oleje
- 1 cibule
- 2 stroužky česneku
- 150 g kuřecích prsou
- 700 ml drůbežího vývaru
- 1 hrneček dlouhozrnné rýže
- špetka šafránu
- 200 g mořských plodů
- 1 lžíce hrášku
- 1 paprika
- sůl
- pepř

## Kategorie

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