Kuře plněné rýžovo - arašídovou směsí

Obtížnost:

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 1h 0min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: **4**

1813 kalorií , **15 g** cukrů , **89 g** tuků , **41 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: https://srecepty.cz/kure-plnene-ryzovo-arasidovou-smesi

Příprava

Do klasický pripravenej ryže pridáme pred koncom varenia nasekané arašidy a odstavíme. Vypitvané kurča naplníme ryžovou zmesou a otvor zašijeme. V oleji rozmiešame soľ s koreninami a vzniknutou marinádou, kura dôkladne potrieme a pečieme vo vyhriatej rúre na 175°C asi 60 minút a každých 10 minút potierame marinádou. Na kolieska nakrájaný pór uvaríme v slanej vode. Na oleji urobíme zásmažku z cibule, múky, kari korenia a zalejeme smotanou. Pridáme vývar, dochutíme soľou a korením a varíme, kýme nevznikne bešamel, do ktorého pridáme časť vareného póru.

Tip k receptu

Kurča rozporcujeme a servírujeme preliate omáčkou, obložené pórom a ozdobené petržlenovou vňaťou. Ako prílohu dáme varené zemiaky.

Ingredience

- 1 kuře cca 1200g
- 1 cibule
- 750 g pórku
- 125 g dlouhozrnné rýže
- 100 g nasekaných arašídů
- 250 ml smetany
- 250 ml drůbežího vývaru
- 1 chili paprička
- 3 lžíce olivového oleje
- 2 lžíce másla
- 1 lžíce polohrubé mouky
- 1 lžička kari koření
- 1 lžička zelené petrželové nati na ozdobu
- špetka koření na kuře
- 1 lžička sušené kořenové zeleniny
- sůl a pepř podle chuti

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Něco extra, Rodina, Hlavní chod