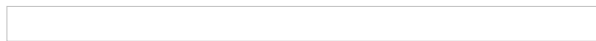


Kuřecí řízky v kari, jogurtu a kornflejkách



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

790 kalorií , **0 g** cukrů , **5 g** tuků , **49 g** bílkovin

Autor: Hana Nováková

Odkaz: <https://srecepty.cz/kureci-rizky-v-kari-jogurtu-a-kornflejkach>

Příprava

Kuřecí prsa nakrájíme na větší kousky, osolíme a obalíme v jogurtu, ve kterém jsme rozmíchali kari a potom v kornflejkách. Pečeme v troubě na pečícím papíře.

Ingredience

- 200 g kuřecích prsou
- 100 g bílého jogurtu
- 2 lžičky kari koření
- 150 g drcených cornflakes
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod