Kuřecí stehýnka na kari

Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: **4**

0 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Zepter

Odkaz: https://srecepty.cz/kureci-stehynka-na-kari

Příprava

Očistíme cibuli a nasekáme. Očistíme jablka, nakrájíme je na čtvrtky a pak na malé kousky. Kuřecí stehýnka, cibuli a jablka vložíme do nádoby Zepter o objemu 4,2 l (TF-042-20), přidáme 1,5 šálku vody a přiklopíme poklicí Syncro-Clik od Zepter pro tlakové vaření(TF-420-20). Zapneme zdroj ohřevu a jakmile se červený knoflík vysune do horní polohy a zůstane v ní, zmírníme intenzitu ohřevu na minimum a necháme 30 minut vařit (šipka indikátoru tepelné regulace se nachází v zeleném poli). Po 20 minutách zdroj ohřevu vypneme a necháme nádobu na plotýnce. Před otevřením zmáčkneme červený knoflík na poklici Syncro-Clik, abychom uvolnili zbytkový tlak. Vyjmeme kuřecí stehýnka a uložíme na teplé místo. Obsah nádoby rozmixujeme pomocí mixéru MixSy (VO-022-K) na omáčku. Kuřecí stehýnka vložíme do hluboké servírovací misky (TF-986-24). Podle chuti osolíme a opepříme a přidáme několik kapek extra panenského olivového oleje. Přelijeme připravenou omáčkou. Posypeme sekanou zelenou petrželkou a kari kořením. Podáváme teplé.

Tip k receptu

Ingredience

- 4 kuřecí stehna
- 2 cibule
- 2 jablka
- 20 ml olivového oleje
- 5 g kari koření
- 1 hrst petrželová nať

Kategorie

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

Tento pokrm je vynikající s „rýžovým pilafem”
nebo rýží.