

Kuřecí plátky se zeleninou

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

kuřecí plátky
solamyl
vejce
glutasol
mrkev
celer
pórek
přírodní víno
drcený kmín
zázvor
sójová omáčka

Postup

Plátky naložíme do těstíčka ze solamylu, vejce a glutasolu. Necháme odležet a mezitím si připravíme na tenké plátky nakrájenou mrkev a celer, na kolečka nakrájený pórek.

Maso prudce opečeme, přidáme zeleninu, krátce osmahneme, pak ochutíme několika lžícemi přírodního vína, drceným kmínem a zázvorem. Zakapeme sójovou omáčkou a krátce podusíme.

Přílohy:

rýže, hranolky, krokety