



Sposób przygotowania

Fileta myjemy, oczyszczamy. Nacieramy przyprawami. Cebulę kroimy w drobną kostkę, w woku rozgrzewamy niewielką ilość oleju, rumienimy cebulę, dodajemy mięso i dusimy ok. 20 min. dodajemy mieszankę warzyw, przyprawiamy według uznania i dusimy do miękkości warzyw. Podajemy zaraz po przygotowaniu.

Pierś z kurczaka po chińsku



Składniki

- 1 filet z kurczaka z kością i skórą
- 1 cebula
- 30 dag mieszanki chińskiej
- sól
- pieprz
- curry
- imbir mielony
- przyprawa do kurczaka
- olej do smażenia