

Kuřecí prsa se žampióny

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 60 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Kuřecí prsíčka orestujeme na oleji s cibulkou po obou stranách. Když jsou téměř hotová, přidáme žampióny, osolíme, opepříme a mírně podusíme. Zalijeme jogurtem povaříme a podáváme.

Ingredience

- Cibule volná - 30 g
- Jedlá sůl vakuová 1 kg - 2 g
- Kuřecí maso - 180 g
- Žampión zahradní 500 g - 100 g
- Pepř černý mletý 20 g - 1 g
- Jihočeský Nature laktóza 0,01% jogurt 150 g - 110 g
- Olej slunečnicový - 10 g

