

Quinoa s kuřecím masem a zeleninou

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 45 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Kuřecí prsa nakrájíme na nudličky a opečeme dozlatova na pánvi. Přidáme česnek, zeleninovou směs, kromě špenátu a necháme orestovat. Špenát listový necháme rozmrazit, a přidáme do směsi. Mezitím si uvaříme quinoa podle návodu. Scedíme a můžeme smíchat se směsí. Na závěr posypeme petrželkou.

Ingredience

- Česnek - 5 g
- Jedlá sůl - 4 g
- Petrželová nať - 4 g
- Kuřecí maso - 460 g
- Olivový olej - 20 g
- Špenát se smetanou a česnekem 400 g - 400 g
- Královská 400 g - 350 g
- ARAX Quinoa tříbarevná (červená + bílá + černá) 200 g - 208 g

