

Čínské nudle s kuřecím masem

Počet porcí: 3

Doba přípravy: 30 minut

Postup přípravy

Maso a 2 papriky nakrájíme na nudličky. Pórek a bílou část ze 4 jarních cibulek nakrájíme na kolečka. 4 stroužky česneku na plátky. Na pánev dáme olej a maso zprudka opékáme, přidáme zeleninu, koření, sůl, omáčku a chvíli společně opékáme. Zvlášť si rozmícháme solamyl v trošce sojové omáčky. Vlijeme do pánve a za stálého míchání vaříme minutu. Nudle připravíme podle návodu. Nudle smícháme s omáčkou a masem. Na závěr posypeme zelenou cibulkovou natí.

Ingredience

- **Paprika červená** - 200 g
- **Pórek** - 150 g
- **Česnek** - 5 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Kuřecí maso** - 300 g
- **Cibulka jarní** - 40 g
- **Kukuřičný škrob, bez lepku 200 g** - 10 g
- **Koření Čína 30 g** - 10 g
- **Sójová omáčka 170 ml** - 15 g
- **Olej slunečnicový** - 30 g
- **TABASCO® Green Pepper Sauce 57 ml** - 6 g
- **IN TASTE Těstovina 240 g** - 96 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

