

KURCZAK I RYŻ NA 10 SPOSOBÓW

KURCZAK CURRY Z RYŻEM



Ryż



Pierś z kurczaka



Mleko kokosowe



Czosnek



Cebula



Olej roślinny

RISOTTO Z KURCZAKIEM I GRZYBAMI



Ryż



Pierś z kurczaka



Cebula



Oliwa z oliwek



Bulion drobiowy



Czosnek

KURCZAK TERIYAKI Z RYŻEM



Ryż jaśminowy



Pierś z kurczaka



Olej roślinny



Sos sojowy



Brązowy cukier



Czosnek

KURCZAK TIKKA MASALA



Ryż basmati



Czosnek



Imbir

PAELLA Z KURCZAKIEM



Ryż



Pierś z kurczaka



Czosnek



Pomidor



Papryka



Bulion drobiowy

KURCZAK Z RYŻEM I ANANASEM



Ryż jaśminowy



Pierś z kurczaka



Ananas



Sos sojowy



Olej roślinny



Imbir

ZAPIEKANKA Z KURCZAKIEM I RYŻEM



Ryż jaśminowy



Pierś z
kurczaka



Brokuły



Ser żółty



Cebula



Czosnek

KURCZAK KUNG PAO Z RYŻEM



Ryż



Pierś z
kurczaka



Olej
roślinny



Papryka



Sos
sojowy



Czosnek

STIR-FRY Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI



Ryż



Pierś z
kurczaka



Brokuły



Papryka



Cebula



Czosnek

ARROZ CON POLLO



Ryż



Pierś z
kurczaka



Pomidory krojone



Papryka



Oliwa z
oliwek



Czosnek

KURCZAK CURRY Z RYŻEM



Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 1 duża cebula, drobno pokrojona
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- 1 łyżeczka startego świeżego imbiru
- 2 łyżki oleju roślinnego
- 2-3 łyżki pasty curry (dowolnego typu, w zależności od preferowanej ostrości)
- 1 puszka (400 ml) mleczka kokosowego
- 1 papryka czerwona, pokrojona w paski
- 1 marchewka, pokrojona w cienkie plasterki
- 1 szklanka groszku (może być mrożony)
- Sól do smaku
- Świeża kolendra do dekoracji

Do podania:

- 1 szklanka ryżu białego, ugotowanego zgodnie z instrukcją na opakowaniu

Przygotowanie:

1. W głębokiej patelni lub w woku rozgrzej olej na średnim ogniu. Dodaj cebulę, czosnek oraz imbir i smaż, aż cebula zmięknie i stanie się szklista.
2. Dodaj pastę curry i smaż przez około minutę, mieszając, aby uwolnić aromaty.
3. Dodaj pokrojonego kurczaka i smaż, aż mięso będzie całkowicie obsmażone z każdej strony.
4. Wlej mleczko kokosowe, dodaj paprykę, marchewkę i groszek. Doprowadź do wrzenia, a następnie zmniejsz ogień i gotuj na wolnym ogniu przez około 15-20 minut, aż warzywa będą miękkie, a sos zgęstnieje.
5. Dopraw do smaku solą.
6. Podawaj gorące, posypując danie świeżą kolendrą i towarzysząc białym ryżem.

Kurczak curry z ryżem jest doskonały na obiad lub kolację, zapewniając sycący posiłek, który zadowoli miłośników egzotycznych smaków. Możesz eksperymentować z różnymi rodzajami past curry, aby dostosować danie do swojego gustu.

RISOTTO Z KURCZAKIEM

Składniki:

I GRZYBAMI



- 300 g piersi z kurczaka, pokrojonej w małe kawałki
- 300 g świeżych grzybów (np. pieczarek, shiitake lub mieszanki), pokrojonych w plastry
- 1 szalotka lub mała cebula, drobno pokrojona
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- 1 szklanka ryżu arborio (specjalny ryż do risotto)
- 1/2 szklanki białego wina (opcjonalnie)
- Około 1 litr bulionu drobiowego, ciepłego
- 50 g parmezanu, startego
- 2 łyżki masła
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- Sól i świeżo mielony czarny pieprz do smaku
- Świeża pietruszka do dekoracji

Przygotowanie:

1. Na dużej patelni lub w szerokim garnku rozgrzej oliwę z oliwek. Dodaj kurczaka i smaż na średnim ogniu, aż stanie się złoty i całkowicie ugotowany. Przełóż na talerz i odstaw.
2. W tym samym garnku dodaj masło, a gdy się rozpuści, dodaj szalotkę i czosnek. Smaż na średnim ogniu, aż szalotka stanie się szklista.
3. Dodaj grzyby i smaż, aż puszczą sok i zaczną się rumienić.
4. Dodaj ryż i smaż razem przez około 2 minuty, mieszając, aby ryż pokrył się tłuszczem i stał się lekko przezroczysty.
5. Wlej wino i gotuj, mieszając, aż płyn całkowicie wyparuje.
6. Zaczynaj stopniowo dodawać ciepły bulion, wlewając jedną chochlę na raz i mieszając, aż ryż wchłonie płyn przed dodaniem kolejnej chochli. Kontynuuj proces przez około 18-20 minut, aż ryż będzie miękki, ale nadal al dente.
7. Gdy ryż jest prawie gotowy, dodaj ponownie kurczaka do garnka, mieszając, aby wszystko się dobrze połączyło i kurczak się dogrzał.
8. Wyłącz ogień, dodaj starty parmezan i wymieszaj, aż risotto stanie się kremowe.
9. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Na koniec dodaj trochę świeżej pietruszki.
10. Podawaj gorące, posypane dodatkowym parmezanem i pietruszką.

Risotto z kurczakiem i grzybami to znakomite danie, które zadowoli każdego miłośnika włoskiej kuchni. Idealnie sprawdzi się jako główne danie na elegancki obiad lub romantyczną kolację.

KURCZAK TERIYAKI Z RYŻEM



Składniki na kurczaka teriyaki:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 3 łyżki sosu sojowego
- 2 łyżki mirinu (japoński słodki winny sos)
- 2 łyżki sake (japoński alkohol ryżowy) lub białego wina
- 1 łyżka cukru brązowego
- 1 ząbek czosnku, drobno posiekany
- 1 kawałek świeżego imbiru (około 2 cm), starty
- 2 łyżki oleju roślinnego do smażenia

Składniki na ryż jaśminowy:

- 1 szklanka ryżu jaśminowego
- 1,5 szklanki wody
- Szczypta soli

Przygotowanie kurczaka teriyaki:

1. W średniej misce wymieszaj sos sojowy, mirin, sake lub wino, cukier brązowy, czosnek i imbir. Dodaj pokrojonego kurczaka i dobrze wymieszaj, aby wszystkie kawałki były równomiernie pokryte marynatą. Przykryj i odstaw na co najmniej 30 minut w lodówce, aby smaki się przegryzły.
2. Po zamarynowaniu, na dużej patelni rozgrzej olej roślinny na średnio-wysokim ogniu. Wyjmij kurczaka z marynaty (marynatę zachowaj), dodaj do rozgrzanego oleju i smaż, aż kurczak będzie złoty i chrupiący z każdej strony.
3. Zmniejsz ogień do średniego, dodaj pozostałą marynatę do patelni i gotuj razem z kurczakiem, aż sos zgęstnieje i stanie się lśniący.

Przygotowanie ryżu jaśminowego:

1. Ryż jaśminowy umyj w zimnej wodzie, aż woda będzie przejrzysta, co pomoże usunąć nadmiar skrobi.
2. W garnku umieść umyty ryż, wodę i szczyptę soli. Doprowadź do wrzenia.
3. Po zagotowaniu, zmniejsz ogień do minimum, przykryj i gotuj na małym ogniu przez 18-20 minut, aż woda całkowicie wyparuje i ryż będzie miękki.
4. Zdejmij garnek z ognia i zostaw pod przykryciem na kolejne 5-10 minut, aby ryż "doszedł" do siebie.

Podawanie: Nałóż ryż jaśminowy na talerze, na wierzch wyłóż smażonego kurczaka teriyaki i polej zgęstniałym sosem z patelni. Możesz dodać świeże warzywa, takie jak plasterki ogórka, marchewki lub posiekaną zieloną cebulkę dla dodatkowego smaku i koloru.

Kurczak teriyaki z ryżem jaśminowym to świetne połączenie, które zadowoli każdego miłośnika azjatyckich smaków. Smacznego!

KURCZAK TIKKA MASALA



Składniki na kurczaka tikka:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 1/2 szklanki jogurtu naturalnego
- 1 łyżka soku z cytryny
- 1 łyżka przyprawy garam masala
- 1 łyżeczka mielonej papryki
- 1/2 łyżeczki mielonego kurkumy
- Sól do smaku
- 2 łyżki oleju roślinnego

Składniki na sos masala:

- 1 duża cebula, drobno posiekana
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- 1 kawałek świeżego imbiru (około 2 cm), starty
- 1 puszka (400g) pomidorów krojonych
- 1 łyżka przyprawy garam masala
- 1 łyżeczka mielonej kolendry
- 1/2 łyżeczki mielonej kurkumy
- 1/2 łyżeczki czerwonego chili w proszku (lub według smaku)
- 1 szklanka śmietanki kremówki
- Sól do smaku
- Świeża kolendra do dekoracji

Przygotowanie kurczaka tikka:

1. W misce wymieszaj jogurt, sok z cytryny, garam masala, paprykę, kurkumę i sól. Dodaj kawałki kurczaka i dobrze wymieszaj, aby pokryć równomiernie. Przykryj i odstaw w chłodne miejsce na co najmniej 1 godzinę, najlepiej na noc.
2. Rozgrzej olej na patelni i smaż marynowanego kurczaka, aż będzie złoty i w pełni ugotowany. Odstaw na bok.

Przygotowanie sosu masala:

1. Na tej samej patelni, dodaj trochę oleju, jeśli to konieczne, i smaż cebulę, czosnek oraz imbir, aż cebula zmięknie i zacznie złocić się.
2. Dodaj garam masala, kolendrę, kurkumę i chili, smaż przez minutę, aby uwolnić aromaty.
3. Dodaj pomidory z puszki, gotuj na średnim ogniu, mieszając od czasu do czasu, przez około 10 minut.
4. Dodaj śmietankę i gotuj na niskim ogniu, mieszając, aż sos zgęstnieje. Dopraw do smaku solą.
5. Włóż podsmażonego kurczaka do sosu i gotuj razem jeszcze przez kilka minut, aby smaki się połączyły.

Podawanie: Podaj kurczaka Tikka Masala na gorąco z ryżem basmati, posypując wierzch świeżo posiekaną kolendrą.

To danie nie tylko cieszy podniebienie intensywnością smaków, ale też stanowi wspaniałą, kolorową prezentację na stole.

PAELLA Z KURCZAKIEM



Składniki:

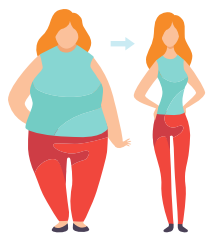
- 4 udka kurczaka, pokrojone na mniejsze kawałki
- 2 szklanki ryżu do paelli lub ryżu arborio
- 4 szklanki bulionu drobiowego
- 1 duża cebula, pokrojona w kostkę
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 czerwona papryka, pokrojona w kostkę
- 1 zielona papryka, pokrojona w kostkę
- 1 pomidor, pokrojony w kostkę
- 1 łyżeczka słodkiej mielonej papryki
- Szczypta szafranu
- 1/2 szklanki groszku (świeżego lub mrożonego)
- Oliwa z oliwek
- Sól i pieprz do smaku
- Cytryna do podania
- Świeża pietruszka, drobno posiekana (do dekoracji)

Przygotowanie:

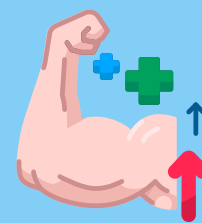
1. Rozgrzej oliwę z oliwek na dużej, płaskiej patelni lub specjalnej patelni do paelli. Dodaj kawałki kurczaka, posól je i pieprz, a następnie smaż na średnim ogniu, aż będą złote z każdej strony. Wyjmij kurczaka z patelni i odstaw na bok.
2. Na tej samej patelni dodaj więcej oliwy, jeśli to konieczne, i wrzuć cebulę oraz czosnek. Smaż, aż cebula stanie się szklista.
3. Dodaj paprykę czerwoną i zieloną, smaż przez kilka minut, aż papryka zmięknie.
4. Wsyp ryż i smaż, mieszając, przez około 2 minuty, aby ryż nasiąknął oliwą i zaczął się lekko prażyć.
5. Dodaj pomidory i słodką paprykę, mieszaj, aż pomidory zaczną się rozpadać.
6. Rozpuść szafran w ciepłym bulionie i wlej do patelni. Doprowadź do wrzenia, następnie zredukuj ogień i gotuj na wolnym ogniu, nie mieszając, aż ryż wchłonie większość płynu.
7. Dodaj kurczaka i groszek, delikatnie wciśnij je w ryż. Gotuj na wolnym ogniu, aż ryż będzie miękki i większość płynu wchłonięta.
8. Zdejmij paellę z ognia i przykryj folią aluminiową lub czystym ręcznikiem kuchennym. Pozwól odpocząć przez około 10 minut przed podaniem.
9. Przed podaniem posyp danie pietruszką i podawaj z kawałkami cytryny, które można wycisnąć bezpośrednio na paellę, dodając świeżości.

Paella z kurczakiem to doskonały sposób na sycący i efektowny posiłek, który z pewnością zachwyci zarówno domowników, jak i gości. Smacznego!

GENERATOR POSIŁKÓW



CHCĘ PRZYTYĆ



Czerwiec 1, 2023 Menu

Posiłek nr.1
🔍 Omlet cesarski z owocami jagodowymi

	25	43g.	9g.	534	
	biał.	tłus.	wegl.	Kcal	

Posiłek nr.2
🔍 Pudding z mango i migdałami - deser

	43	21g.	47g.	534	
	biał.	tłus.	wegl.	Kcal	

Posiłek nr.3
🔍 Makaron z łososiem i szpinakiem

	55	17g.	29g.	534	
	biał.	tłus.	wegl.	Kcal	

Posiłek nr.4
🔍 Placuszki z zielonym groszkiem

	15	14g.	93g.	534	
	biał.	tłus.	wegl.	Kcal	

B: 205 g. T: 166 g. W: 232 g. Kcal: 3204

Wymień przepis ×

Wrapy Sałatki Kanapki Dania z ryżem Dania z makaronem
Owsianki Dania z kaszą Omlety Smoothie Zupy
Poke Powle Naleśniki Desery Dania z kurczakiem
Dania z jajkami

Wyszukaj przepis... 🔍

Anuluj Zaktualizuj

Sałatki z grillowanymi brzoskwiniami i serem ricotta

Makaron z warzywami, zwany Japchae

Dania z kurczakiem



KUP TERAZ

~~PLN 499 zł~~

149 zł

PROMOCJA -80%

KURCZAK Z RYŻEM I ANANASEM



Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 1 średni ananas, obrany i pokrojony w kostkę
- 2 szklanki ryżu jaśminowego
- 3 szklanki wody
- 2 łyżki oleju roślinnego
- 2 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka miodu
- 1 łyżka startego świeżego imbiru
- 2 ząbki czosnku, posiekane
- Sól i pieprz do smaku
- Świeża kolendra lub szczypiorek do dekoracji
- Opcjonalnie: nasiona sezamu

Przygotowanie:

1. Ryż jaśminowy ugotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu, używając wody i szczypty soli. Po ugotowaniu odstaw na bok.
2. W małej misce przygotuj marynatę: wymieszaj sos sojowy, miód, starty imbir i posiekany czosnek.
3. W dużej patelni rozgrzej olej roślinny. Dodaj kurczaka i smaż na średnim ogniu, aż stanie się złoty i dobrze przesmażony.
4. Do patelni dodaj pokrojonego ananasa i smaż razem z kurczakiem przez około 5 minut, aż ananas zacznie się karmelizować.
5. Zalej kurczaka z ananasem przygotowaną marynatą, zmniejsz ogień i gotuj wszystko razem przez kolejne 5 minut, aby składniki połączyły swoje smaki.
6. Podawaj gorący kurczak z ananasem na łożu z ryżu jaśminowego, posypując danie świeżą kolendrą, szczypiorkiem lub nasionami sezamu dla dodatkowego aromatu i tekstury.

Kurczak z ryżem i ananasem to świetny sposób na wprowadzenie do menu odrobiny egzotyki. Dzięki swojemu słodko-pikantnemu profilowi smakowemu danie to jest nie tylko smaczne, ale i kolorowe, idealne na rodzinny obiad czy specjalną okazję.

ZAPIEKANKA Z KURCZAKIEM I RYŻEM



Składniki:

- 2 szklanki ugotowanego ryżu (najlepiej jaśminowego lub innego długoziarnistego)
- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 300 g brokułów, podzielonych na małe różyczki
- 1 duża cebula, pokrojona w kostkę
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 szklanka bulionu drobiowego
- 1 szklanka śmietany do gotowania (lub jogurtu naturalnego dla lżejszej wersji)
- 1 łyżka mąki pszennej
- 1 łyżeczka mielonej słodkiej papryki
- 1/2 łyżeczki mielonej kurkumy
- 150 g startego sera cheddar (lub innego mocno topiącego się sera)
- Olej roślinny do smażenia
- Sól i pieprz do smaku
- Świeża pietruszka do dekoracji

Przygotowanie:

1. Rozgrzej piekarnik do 200°C.
2. Na patelni rozgrzej trochę oleju i dodaj kurczaka. Smaż do zrumienienia. Dopraw solą i pieprzem, a następnie wyjmij z patelni i odstaw na bok.
3. Na tej samej patelni dodaj trochę więcej oleju, a następnie wrzuć cebulę i czosnek. Smaż, aż cebula zmięknie.
4. Dodaj brokuły i smaż przez kilka minut, aż zaczną miękknąć.
5. Posyp warzywa mąką, dobrze wymieszaj. Dodaj słodką paprykę i kurkumę, smaż chwilę, mieszając.
6. Powoli wlewaj bulion, cały czas mieszając, aby sos zgęstniał. Dodaj śmietanę, gotuj mieszając, aż wszystko się połączy i sos będzie gładki.
7. Do sosu dodaj kurczaka i ugotowany ryż, delikatnie mieszając, aby wszystko się połączyło. Dopraw do smaku solą i pieprzem.
8. Przełóż całość do naczynia żaroodpornego. Posyp równomiernie startym serem.
9. Piecz w piekarniku przez około 20-25 minut, aż ser się roztopi i zacznie się rumienić.
10. Po wyjęciu z piekarnika posyp zapiekankę świeżo posiekaną pietruszką.

Podawaj gorącą zapiekankę jako samodzielne danie. To połączenie ryżu, kurczaka, brokułów i serowej skórki tworzy pełnowartościowy i smaczny posiłek, który sprawdzi się zarówno na codzienny obiad, jak i na bardziej uroczystą kolację. Smacznego!

KURCZAK KUNG PAO Z RYŻEM



Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w kostkę
- 1 szklanka orzechów nerkowca
- 2 czerwone papryki, pokrojone w kostkę
- 4 cebulki dymki, pokrojone w kawałki o długości 2 cm
- 3 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 kawałek świeżego imbiru (około 2 cm), starty
- 2-3 suche chili, pokruszone (lub więcej, w zależności od preferowanego poziomu ostrości)
- Olej roślinny do smażenia

Składniki na marynatę:

- 2 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka shaoxing (chińskiego wina ryżowego) lub sherry
- 1 łyżeczka mąki kukurydzianej
- 1 łyżeczka oleju sezamowego

Składniki na sos:

- 3 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka octu ryżowego
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka mąki kukurydzianej
- 1 łyżka wody

Przygotowanie:

1. W małej misce wymieszaj składniki marynaty. Dodaj pokrojonego kurczaka i dokładnie wymieszaj. Odstaw na 15-20 minut.
2. W innej misce przygotuj sos mieszając sos sojowy, ocet ryżowy, cukier, mąkę kukurydzianą i wodę. Odstaw na bok.
3. W woku lub dużej, głębokiej patelni rozgrzej olej roślinny. Dodaj orzechy nerkowca i smaż, aż będą złote. Wyjmij orzechy i odłóż na bok.
4. Na tej samej patelni dodaj więcej oleju jeśli to konieczne i smaż kurczaka w marynacie do złotego koloru. Usuń kurczaka z patelni.
5. Dodaj do woka paprykę, cebulkę dymkę, czosnek, imbir i chili. Smaż na średnim ogniu, aż warzywa będą lekko zrumienione.
6. Dodaj kurczaka i orzechy nerkowca do woka, wlej przygotowany wcześniej sos i gotuj wszystko razem, mieszając, aż sos zgęstnieje i dobrze pokryje składniki.
7. Podawaj kurczaka Kung Pao na gorąco z białym ryżem.

Kurczak Kung Pao z ryżem to świetny sposób na zasmakowanie w kuchni chińskiej, pełen smaków i kolorów, który z pewnością zadowoli każdego miłośnika pikantnych dań.

Smacznego!

STIR-FRY Z KURCZAKIEM I

WARZYWAMI



Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka, pokrojonej w cienkie paski
- 2 łyżki oleju roślinnego (np. olej sezamowy dla dodatkowego aromatu)
- 1 czerwona papryka, pokrojona w paski
- 1 zielona papryka, pokrojona w paski
- 1 duża marchewka, pokrojona w cienkie plasterki
- 1 cebula, pokrojona w piórka
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 1 kawałek świeżego imbiru (około 2 cm), starty
- 1 brokuł, podzielony na małe różyczki
- 100 g świeżych pieczarek, pokrojonych w plasterki
- 3 łyżki sosu sojowego lub ostrygowego
- 1 łyżka sosu hoisin (opcjonalnie dla słodkości)
- 1 łyżeczka mąki kukurydzianej rozpuszczonej w 1/4 szklanki wody
- Sól i pieprz do smaku

Przygotowanie:

1. W dużym woku lub na dużej patelni rozgrzej olej roślinny na średnio-wysokim ogniu.
2. Dodaj kurczaka i smaż, mieszając, aż będzie całkowicie ugotowany i lekko zrumieniony. Wyjmij kurczaka z patelni i odstaw na bok.
3. W tym samym woku dodaj więcej oleju jeśli to konieczne, a następnie wrzuć cebulę, czosnek i imbir. Smaż przez około 1-2 minuty.
4. Dodaj wszystkie pozostałe warzywa: papryki, marchewkę, brokuły i pieczarki. Smaż na dużym ogniu, mieszając, przez około 3-5 minut, aż warzywa będą lekko chrupiące, ale nadal jędrne.
5. Wróć kurczaka do woka, dodaj sos sojowy, sos hoisin i rozpuszczoną mąkę kukurydzianą. Mieszaj wszystko razem, aż składniki pokryją się sosem i sos zgęstnieje.
6. Dopraw do smaku solą i pieprzem.
7. Podawaj gorące stir-fry na talerzu z ugotowanym ryżem.

To danie nie tylko jest szybkie i łatwe do przygotowania, ale także zdrowe i pełne wartości odżywczych, co czyni je doskonałym wyborem na obiad czy kolację. Smacznego!

ARROZ CON POLLO



Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka lub udek, pokrojonych w średnie kawałki
- 1 szklanka ryżu długoziarnistego
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 1 duża cebula, pokrojona w kostkę
- 1 czerwona papryka, pokrojona w kostkę
- 1 zielona papryka, pokrojona w kostkę
- 3 ząbki czosnku, posiekane
- 2 pomidory, pokrojone w kostkę lub 1 puszka pomidorów krojonych
- 2 łyżeczki mielonej słodkiej papryki
- 1/2 łyżeczki kurkumy
- 1/2 łyżeczki mielonego kuminu
- Szczypta szafranu (opcjonalnie)
- 500 ml bulionu drobiowego
- Sól i świeżo mielony czarny pieprz do smaku
- Świeża kolendra lub pietruszka do dekoracji
- Świeża cytryna do podania

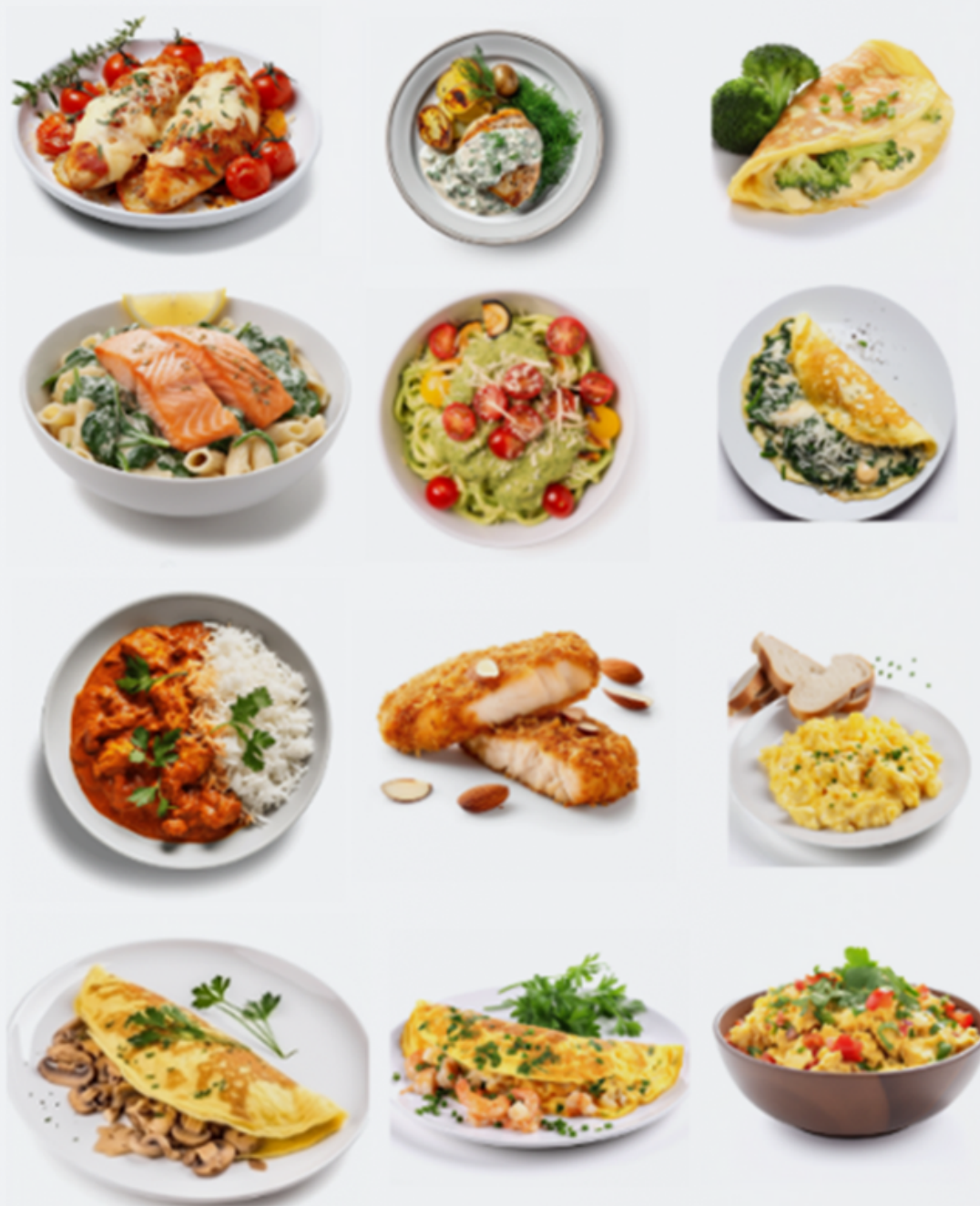
Przygotowanie:

1. W dużym garnku lub głębokiej patelni z grubym dnem rozgrzej oliwę z oliwek. Dodaj kurczaka i smaż na średnio-wysokim ogniu, aż się zrumieni. Wyjmij kurczaka i odstaw na bok.
2. W tym samym garnku dodaj cebulę, papryki i czosnek, smaż na średnim ogniu, aż warzywa zmiękną i lekko się zrumienią.
3. Dodaj ryż i smaż przez około 2 minuty, mieszając, aby każde ziarno pokryło się oliwą.
4. Wsyp mieloną paprykę, kurkumę, kumin i szafran, mieszaj i smaż przez około minutę, aby uwolnić aromaty przypraw.
5. Dodaj pomidory, przygotowany wcześniej kurczak i bulion drobiowy. Doprowadź do wrzenia, zmniejsz ogień i gotuj pod przykryciem na małym ogniu przez około 20-25 minut, aż ryż wchłonie płyn i będzie miękki.
6. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Zdejmij z ognia i pozwól odstać pod przykryciem przez kilka minut.
7. Podawaj arroz con pollo posypane świeżo posiekaną kolendrą lub pietruszką i skropione sokiem z cytryny.

Arroz con pollo to doskonałe danie jednogarnkowe, które zachwyci każdego miłośnika łaćńskoamerykańskich smaków. Idealnie nadaje się na rodzinny obiad lub przyjęcie z przyjaciółmi. Smacznego!

BEZPŁATNY EBOOK

100 SMACZNYCH PRZEPISÓW



Zgarnij Swój Darmowy eBook:

"100 Smacznych Przepisów na Każdą Okazję!"

wejdź na stronę poniżej i ściągnij ebook

www.motywator.tv/ebook