

# Kurczak z warzywami po polsku



Autor: **Futka**  
Przepisów: **987** Ocena: **27072**

1-2 os. 30 min łatwe tanie



## Składniki:

- pierś z kurczaka
- 3 - 4 ziemniaki
- 2 marchewki
- 2 pietruszki
- 2 ząbki czosnku
- 1 listek laurowy
- 2 ziarenka ziela angielskiego
- 2 ziarna czarnego pieprzu
- 0,5 łyżeczki tymianku
- 1 łyżeczka ziół prowansalskich
- oliwa z oliwek
- sól do smaku
- pieprz

## Sposób przygotowania:

- 1 Ziemniaki, marchewki i pietruszki obieramy ze skórki, a następnie kroimy w plastry.

Plastry wkładamy do garnka zalewamy wodą oraz dodajemy przyprawy: ziele angielskie, ziarenka pieprzu, listek laurowy oraz sól. Warzywa gotujemy al dente.



- 2 Oczyszczonego z błonek kurczaka kroimy w kostkę, oprószamy go solą i pieprzem, dodajemy 2 łyżki oliwy z oliwek, 2 przeciśnięte przez praskę ząbki czosnku, 0,5 łyżeczki tymianku oraz ziół

prowansalskich i dokładnie mieszamy.

Odstawiamy na chwilę dla odpowiedniego przejścia smaków i aromatów.

Następnie kurczaka delikatnie podsmażamy na patelni, a gdy ten się zetnie, dodajemy do niego odcedzone warzywa, posypujemy wszystko ziołami prowansalskimi i cały czas mieszając smażyemy przez chwilę.



3 Obiad szybki i prosty w przygotowaniu.

Życzę smacznego! :)



Twoje notatki do przepisu: