

Pierś z Kurczaka Pieczona z Jabłkami.



Autor: **SłodkoSłodka83**
Przepisów: **525** Ocena: **10197**



3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- pierś z kurczaka
- 70 ml mleka
- 1 duże jabłko
- 1 duży pomidor
- 2 ząbki czosnku
- 1 cebula
- sól i pieprz
- ulubione przyprawy do smaku
- Dodatkowo:
- olej do smażenia
- koperek

Sposób przygotowania:

- 1 Pierś z kurczaka umyć i osuszyć, pokroić na mniejsze kawałki, posypać ulubionymi przyprawami. Jabłko pokroić na ósemki, cebulę pokroić w piórka, wrzucić na patelnię, mięso z cebulką i podsmażyć krótko na niedużej ilości oleju ok. 5 min. do przyrumienienia się mięsa, wrzucić jabłka i smażyć jeszcze 3 min.

W miseczce zetrzeć na dużych oczkach tarki umytego i obranego ze skórki pomidora, przecisnąć przez praskę czosnek, dodać sól i pieprz do smaku, wlać mleko i dokładnie wymieszać.

Mięso z patelni przełożyć do naczynia żaroodpornego, zalać je mieszanką z miseczki i wstawić do piekarnika nagrzanego na 200 C i piec w tej temp. 15 min.

Po upieczeniu posypać posiekanym koperkiem.

Podawać z ulubionymi dodatkami.

Twoje notatki do przepisu: