



Potrawka z kurczakiem, dynią i pieczarkami

Autor: babajagagotuje

Danie: **Kolacja, Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Kurczaka kroję na mniejsze filety, następnie oprószam solą, pieprzem, tymiankiem i 1 łyżką oliwy, dokładnie nacieram mięso. Fileciki panieruję w mące z każdej strony. Na dużą rozgrzaną patelnię dodaję po 1 łyżce masła i oliwy. Filety smażę na większym ogniu po 3 minuty z każdej strony. Wyciągam je na talerz.

Krok 2

W międzyczasie obraną dynię kroję w kostkę, pieczarki w plasterki bądź 'w 4', w zależności od fantazji ;) Cebulę kroję w drobną kostkę.

Krok 3

Na tą samą rozgrzaną patelnię dodaję pokrojoną cebulę i pieczarki. Przesmażam przez kilka minut, aż cebulka się zeszkli, w razie konieczności można dodać odrobinę oliwy. Dodaję pokrojoną dynię i łyżkę masła. Całość mieszam, solę i przesmażam przez 5 minut, zmniejszając ogień, by nie dopuścić do przypalenia. Po tym czasie zalewam bulionem i doprowadzam do wrzenia. Gotuję pod przykryciem na niewielkim ogniu przez 5-7 minut.

Krok 4

Do potrawki dodaję śmietankę, lubczyk oraz filety z kurczaka. Solę i pieprzę do smaku. Ja dla uzyskania ładniejszego koloru dodałam jeszcze 2 łyżeczki kurkumy. Sos był dla mnie zbyt rzadki, więc zagęściłam go 2 łyżeczkami mąki ziemniaczanej, najlepiej dodawać partiami, by nie przedobrzyć ;) najlepiej smakuje w towarzystwie ryżu lub kaszy.

SKŁADNIKI

400 g piersi z kurczaka

450 g obranej dyni

350 g pieczarek

1 cebula

125 ml śmietanki 30% ŁACIATA

3 łyżki mąki (u mnie pełnoziarnista)

500 ml bulionu warzywnego

1/2 łyżeczki tymianku

2 łyżki oliwy

3 łyżki masła ŁACIATE

1 łyżeczka suszonego lubczyku

sól, pieprz