



przepisy.pl

Kurczak z warzywami w czerwonym curry po tajsku



 30 minut  6 osób  Łatwe

Składniki:

- udko kurczaka - 600 gramów
- szalotka - 3 sztuki
- Przyprawa Czerwone Curry Knorr** - 1 opakowanie
- czerwona papryka - 1 sztuka
- cukinia - 1 sztuka
- marchew - 1 sztuka
- brokuł - 0.5 sztuk
- puszka napoju kokosowego - 1 sztuka
- limonka - 2 sztuki
- pomidor - 2 sztuki
- ząbek czosnku - 4 sztuki
- liście limonki kaffir - 5 sztuk
- bazylija tajska - 1 pęczek
- natka kolendry - 1 pęczek
- łodyga trawy cytrynowej - 3 sztuki
- imbir kłącze - 2 cm
- olej roślinny - 3 łyżki
- mąka ziemniaczana - 1 łyżka
- sos sojowy - 2 łyżki
- sos rybny - 2 łyżki
- sok z limonki - 3 łyżki
- brązowy cukier palmowy - 2 łyżki
- sól - 1 łyżeczka
- Papryka ostra z Hiszpanii Knorr** - 1 łyżeczka

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Limonkę otrzyj ze skórki, wyciśnij z niej sok. Udka kurczaka bez kości i skóry pokrój na mniejsze kawałki, oprósź solą, natrzyj skórką z limonki i papryką. Odstaw mięso na bok. Paprykę pokrój na kawałki o wielkości ok. 2 cm, cukinię przekrój wzdłuż na cztery części, wytnij gniazda nasienne, a następnie pokrój w plastry o grubości 1 cm. Obierz marchew, pokrój ją w grube plastry. Brokuł pokrój na małe różyczki. Szalotkę pokrój w ćwiartki, posiekaj czosnek, natkę kolendry i bazylię. Imbir i dwa średniej wielkości dojrzałe pomidory zetrzyj na tarce. Rozbij tłuczkiem zgrubiałe części trawy cytrynowej.
2. Zamarynowanego kurczaka delikatnie oprósź mąką ziemniaczaną i obsmaż na patelni na rozgrzanym oleju. Odłóż usmażone mięso na bok. Na tej samej patelni zeszklij szalotkę, przełóż ją na bok, a potem dodaj marchew i paprykę. Smaż warzywa przez ok. 2–3 minuty, co jakiś czas mieszając. Dodaj starte pomidory, trawę cytrynową i liście limonki. Gotuj przez kolejne 2 minuty, aż pomidory zaczną delikatnie przywierać do patelni. W tym czasie dodaj szalotkę, usmażone mięso, brokuły, wlej mleko kokosowe i sok z limonki. Następnie wsyp przyprawę Czerwone Curry Knorr, dodaj sosy rybny i sojowy. Całość gotuj pod przykryciem przez ok. 5 minut, mieszając danie co jakiś czas.
3. Gotowego kurczaka dopraw do smaku cukrem oraz świeżymi ziołami – natką kolendry i bazylią.

