



przepisy.pl

Zapiekany kurczak z zielonymi warzywami



45 minut



3 osoby



Łatwe

Składniki:

- pierś z kurczaka - 300 gramów
- Sos do warzyw na ciepło do szpinaku czosnkowo-serowy Knorr** - 1 opakowanie
- szpinak świeży lub mrożony - 250 gramów
- brokuły świeże lub mrożone - 200 gramów
- zielony groszek mrożony - 1 szklanka
- masło lub margaryna - 2 łyżki
- śmietana 18% - 2 łyżki
- tarta mozzarella - 150 gramów
- Papryka ostra z Hiszpanii Knorr** - 1 łyżeczka

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

Sposób przygotowania:

1. Mięso pokrój w kostkę i usmaż na dobrze rozgrzanej patelni. Przełóż do większej miski.
2. Szpinak i brokuły dokładnie umyj. Jeśli używasz mrożonych warzyw, sparz je w gorącej wodzie przez minutę. Świeże brokuły natomiast podziel na mniejsze różyczki i gotuj do miękkości.
3. Przełóż wszystkie warzywa wraz z groszkiem do miski z mięsem. Póki są ciepłe, dodaj margarynę, śmietanę oraz mieszankę sosu do warzyw na ciepło Knorr. Wszystko delikatnie wymieszaj, aż tłuszcz się rozpuści.
4. Gotową mieszankę przełóż do kilku mniejszych foremek do zapiekania i posyp serem. Piecz w temperaturze 180 °C, aż ser się rozpuści (około 10 minut). Na koniec posyp wszystko papryką. W ten sposób możesz również przygotować zapiekaną rybę z warzywami.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl