



przepisy.pl

# Zupa z kurczaka i kukurydzy

 30 minut  4 osoby  Średnie

## Składniki:

- 1 filet z piersi kurczaka
- garstka posiekanej świeżej kolendry
- 2 łyżki oliwy
- 200 ml soku pomidorowego
- 1 łyżka mąki
- 1 kostka bulionowa Knorr (rosół z kury) - 1 sztuka
- 1 papryczka chili oczyszczona i posiekana (razem z nasionkami)
- 1 posiekana czerwona cebula
- 200 g kukurydzy z puszki
- sól - 1 szczypta
- pieprz - 1 szczypta

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

## Sposób przygotowania:

1. Jest gęsta, solidna i pikantna, absolutnie idealna na nieco
2. chłodniejsze dni.
3. Zagotuj 1,5 l wody, wrzuć kostkę bulionową i gotuj jeszcze
4. około minuty. Mięso oprósz solą i pieprzem, obsmaż
5. na oliwie (po 2-3 minuty z każdej strony). Pamiętaj, że mięso
6. powinno być rumiane tylko od zewnątrz, a w środku surowe.
7. Obsmażone mięso przełóż na talerzyk, a na tłuszczu
8. ze smażenia zeszklij cebulę. Oprósz mąką, zasmaż,
9. mieszając (2 minuty). Wlej bulion i sok pomidorowy,
10. wymieszaj i zagotuj na mocnym ogniu. Włóż pokrojonego
11. w małą kostkę kurczaka, chili i kukurydzę, gotuj, aż zupa
12. nieco zgęstnieje. Posól do smaku, zmniejsz ogień,
13. wsyp kolendrę i wymieszaj.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)