

Kurczak curry ze słodkimi buraczkami



50 minut



4 os.



520 kcal



7.40 zł/ os.

Składniki

- 1 kg fileta z kurczaka
- 6 cebul szalotek
- 1 opak. przyprawy curry
- 1 główka czosnku
- 1,5 kg ziemniaków
- 100 g masła
- 2 jaja
- 1 kg czerwonych buraków
- 200 ml śmietany kremowej 30%
- 100 ml miodu
- 2 łyżki cukru
- 2 łyżeczki gałki muszkatołowej
- natka pietruszki
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Pokrój kurczaka w kostkę i podsmaż na maśle. Dodaj posiekaną cebulę szalotkę, czosnek oraz curry. Duś całość 10 minut.

Obierz buraki i pokrój w drobną kostkę. Wymieszaj je z miodem i cukrem, wyłóż na blachę i wstaw do piekarnika na 15 min. Piecz w temperaturze 175 °C.

W tym czasie ugotuj ziemniaki. Gdy będą gotowe, wbij do nich 2 żółtka, dodaj masło i gałkę muszkatołową, a następnie ugnieć na purée.

Do uduszonego kurczaka dodaj śmietankę kremową i posiekaną natkę pietruszki (według uznania). Dopraw do smaku solą i pieprzem. Na talerz wyłóż ziemniaki, obok upieczone buraki i potrawkę z curry z kurczaka. Posyp natką pietruszki.