



Tekst i zdjęcie: **AncyS** - Szef Kuchni (1305)

## **Kurczęta duszone z młodymi warzywami**

Podawać posypane zielonym koperkiem, z młodymi ziemniakami.

### **Składniki:**

- sól, 1 szczypta
- mąka , 2 dag
- masło, 3 dag
- margaryna, 3 dag
- pietruszka, 10 dag
- kalarepa, 20 dag
- fasola szparagowa, 20 dag
- groszek zielony, 10 dag
- seler, 10 dag
- kalafior, 20 dag
- marchew, 20 dag
- kurczęta, 1.5 kg

### **Sposób przygotowania:**

Kurczęta sprawić, oczyścić na kilka godzin przed sporządzeniem, opłukać i nasolić. Kurczęta ułożyć w dopasowanym naczyniu, zalać małą ilością wody i gotować je 30 minut, przewracając na drugą stronę. Młode warzywa opłukać, oczyścić: marchewkę, seler, pietruszkę pokrajać w dość grube krążki, kalarepkę w drobną kostkę, fasolkę szparagową w skośne kawałeczki, kalafiory podzielić na drobne „różyczki”, głąb skrajać. Do podgotowanych kurcząt dodać margarynę lub masło i najpierw kalarepkę i kalafior, po kilku minutach resztę warzyw i soli do smaku; ugotować do miękkości kurczęta i warzywa, odparowując wywar. Gdy kurczęta miękkie, pokrajać je na dwie lub cztery porcje, zależnie od wielkości kurcząt. Sporządzić zasmażkę: stopić masło, dodać mąkę, lekko zrumienić, rozprowadzić wywarem, wlać do warzyw, mieszając zagotować. Sos powinien być rzadkawy i ma trochę podpływać.

