



Tekst i zdjęcie: **rafik80** - Srebrny Szef Kuchni (2006)

Potrawka z drobiu z ryżem

Kolejna propozycja drobiu z ryżem

Składniki:

- pieprz, 2 g
- mielona papryka, 2 g
- sól, 2 g
- natka pietruszki, 2 g
- olej, 15 g
- ryż , 50 g
- cebula, 50 g
- włoszczyzna, 50 g
- drób , 150 g

Sposób przygotowania:

Drób oczyścić, podzielić na części. Pierś i nogi pozostawić do przygotowania innej potrawy, np. kotletów panierowanych. Pozostałe części tuszki ugotować z włoszczyzną w osolonej wodzie. Mięso wyjąć z wywaru, ostudzić, oddzielić od kości i pokroić w kostkę (skórę pokroić bardzo drobno). Ugotowane warzywa osaczyć, pokroić. Cebulę oczyścić, pokroić w grube plastry i smażyć na tłuszczu — dodać paprykę i krótko podsmażyć. Dodać ryż i smażyć do momentu, gdy zacznie się rumienić. Następnie przełożyć do rondla, dodać pokrojone mięso i warzywa, posypać pieprzem, dokładnie wymieszać, zalać wrzącym wywarem. Ugotować ryż na sypko. Potrawę posypaną zieleniną podawać na gorąco z kefirem, jogurtem lub zsiadłym mlekiem.

