

# Pierś z kurczaka z brokułami

Przepis dodany przez użytkownika trini6



**Delikatna pierś z kurczaka i brokuły- pyszne połączenie!**

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

## Potrzebne składniki:

- pierś z kurczaka - 2 szt.
- brokuły - 30 dag
- bułka tarta - 1/2 szkl.
- masło - 2 łyżka(i)
- śmietana - 2 łyżka(i)
- olej -
- sól pieprz -

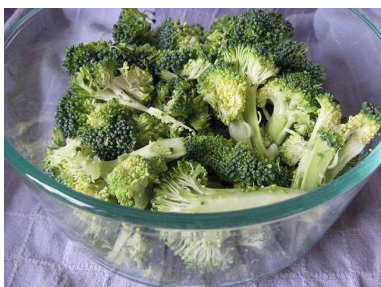
## Etapy przyrządzania:

**1.**



Mięso opłukać, osuszyć papierowym ręcznikiem, nożem naciąć, dokładnie natrzeć solą i pieprzem

**2.**



Brokuły opłukać, podzielić na pojedyncze różyczki, wrzucić do wrzącej, osolonej wody, gotować ok 10 min, lekko przestudzić

**3.**



Masło stopić na patelni

**4.**

Wrzucić bułkę tartą, zarumienić, dodać brokuły, wymieszać posolić do smaku. Farszem nadziać mięso, spiąć wykałaczkami

**5.**

Piersi posmarować śmietaną, ułożyć w natłuszczonej brytfance, piec ok 45 min w temp 190 C

