

Tortilla z kurczakiem

Przepis dodany przez użytkownika ds



Szybkie i sycące danie z mięsem i warzywami.

Czas przygotowania: 60 minut

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- Filet z kurczaka - 2 szt.
- Przyprawa do kurczaka Gyros -
- Mąka pszenna - 25 dag
- Masło - 1 łyżka(i)
- Sól - 1 szczypta(y)
- Woda - 3/4 szkl.
- Olej - 1 łyżka(i)
- Kapusta pekińska -
- Papryka czerwona/żółta - 1 szt.
- Ogórek - 1 szt.
- Pomidor - 1 szt.
- Oliwki - 10 szt.
- Jogurt naturalny - 1 mały kubek
- Czosnek - 2
- Pieprz czarny - 1 szczypta(y)

Etapy przyrządzania:

- 1.** Zaczynamy od wyrobienia ciasta z mąki, roztopionego masła, soli i wody. Kiedy ciasto będzie jednolite dzielimy na 4 placki i bardzo cienko wałkujemy. Rozgrzewamy piekarnik do 170 st. i na blachę wrzucamy placek, pieczemy po 1 minucie z każdej strony. Trzymamy w ciepłe.
Placki można też usmażyć na dużej patelni.

w tym momencie przygotowujemy sos: do jogurtu wyciskamy 2 ząbki czosnku, trochę pieprzu i mieszamy. Możemy również dodać szczyptę cukru.
- 2.** Przygotowujemy farsz. Wszystkie warzywa kroimy wg uznania, byle niezbyt drobno. Kurczaka myjemy, osuszamy kroimy na kawałki, obsypujemy przyprawą i smażymy na oleju (lub maśle).
- 3.** Każdy placek smarujemy sosem jogurtowym, układamy warzywa, mięso i obiad gotowy do podania.
Smacznego!