



Maggi

## Recept na krémové kuracie kari

### Ingrediencie

- 1 kg Kuracie mäso
- 1 lyžička MAGGI Harmónia chuti
- 2 lyžice olivový olej
- 2 strúčiky cesnak
- 1 väčšia cibuľa
- 3 kusy Zemiaky
- 1 stredná mrkva
- 1 väčšia červená paprika
- 2 lyžičky kari korenie
- 1 štipka čierne korenie
- 2 kusy bobkový list
- 200 ml voda
- 200 g kokosové mlieko
- 1 lyžička Korenie, paprika
- 1 lyžička citrónová šťava
- 1 lyžička MAGGI Tekutý bujón slepačí

### Postup

1. Kuracie mäso zmiešajte so štipkou Maggi Harmonia chuti, lyžičkou kari korenia, šťávou z limety alebo citrónu a trochou oleja. Nechajte marinovať aspoň 10 minút.
2. V hlbšej pánvici alebo hrnci rozohrejte olej. Pridajte cibuľu, cesnak, zázvor a opekajte 2-3 minúty, kým cibuľa nezosklovatí.
3. Pridajte kuracie mäso a opekajte ho 5 minút z oboch strán, kým sa zatiahne. Poté prisypťte mrkvu a na malé kostky nakrajané zemiaky. Pridajte zvyšné kari korenie a sladkú papriku. Premiešajte, aby sa zelenina a mäso obalili v korení.
4. Prilejte kokosové mlieko a 200 ml kuracieho vývaru (smiechajte MAGGI slepačí tekutý bujón s horúcou vodou). Premiešajte a znížte teplotu. Nechajte dusiť 30-40 minút (v závislosti od veľkosti kuracieho mäsa), kým mäso aj zelenina nezmäknu a omáčka sa nezredukuje na požadovanú konzistenciu. Počas dusenia mäsa otočte a kontrolujte, či sa tekutina príliš nevyparuje - ak áno, pridajte trochu vývaru alebo vody. Na záver ochuťte soľou a korením podľa potreby.
5. Podávajte s ryžou basmati alebo indickým chlebom. Ozdobte koriandrom alebo petržlenovou vňaťou.

🕒 68

⊕ 8

sacharidy	9.44 g
energie	371.82 kcal
tuky	27.43 g
proteín	22.11 g