

## Potrąwka z kurczaka w kruchym cieście

Przepis zaproponowany przez Gdziebylca: agnethia, dnia 8 Września 2012r. o 13:46

Tagi: obiad, zapiekanki, kurczak

Rodzaj dania: dania główne fast-food kuchnia regionalna mięsa potrawy mączne warzywa zapiekanki

Rodzaj kuchni: polska

Region pochodzenia: Bieszczady

Rodzaj mięsa: drób

### Składniki przepisu

Nazwa	Ilość	Miara	Kategoria produktu
kurczak - filet	4	szt.	mięsa
pomidor	2	szt.	warzywa
marchew	2	szt.	warzywa
pietruszka	1/2	szt.	warzywa
cebula	1	szt.	warzywa
koncentrat pomidorowy	3	łyżka	płynny i sosy
sól	1	łyżka	przyprawy i zioła
pieprz czarny mielony	1/2	łyżeczka	przyprawy i zioła
masło	1	kostka	nabiał
mąka pszenna	1,5	szklanka	dodatki
oregano suszone	1	łyżeczka	przyprawy i zioła
proszek do pieczenia	1	łyżeczka	dodatki

### Opis

Ciasto: Mąkę wymieszać z łyżeczką soli i łyżeczką proszku do pieczenia, Dodać kostkę masła i wysiekać. Szybko zagnieść gładki ciasto i odstawić do lodówki. Na maśle podsmażyć pokrojone filety z kurczaka, Dodać cebulę, startą marchew i pietruszkę oraz pomidory drobno pokrojone w kostkę. Smażyć aż sos odparuje. Na koniec doprawić koncentratem pomidorowym, solą i pieprzem oraz oregano. Ciasto rozwałkować na ok 1 cm. grubości. Nałożyć farsz na jedną stronę ciasta i przykryć pozostałym. Dokładnie zlepić brzegi. Przełożyć na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Piec w 180 stopniach przez ok 40-50 min.



Dla ilu osób: 5  
 Danie dietetyczne: nie  
 Poziom skomplikowania: średnio skomplikowane  
 Czas przygotowywania: 1godz. 0min.  
 Cana: całej potrawy: 16zł PLN    jednej porcji: 3zł PLN  
 Liczba kalorii: całej potrawy: 2600 kcal    jednej porcji: 500 kcal