




## Pomidorówka z filecikiem

 Wafelek2601

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 90 min

 łatwy

 4 porcje

### Składniki:

filet z kurczaka - 1 szt.  
marchew - 1 szt.  
por - 1/2 szt.  
pietruszkę - 1 szt.  
czosnek - 2 ząbek

seler - 1/2 szt.  
ryż - 10 dag  
koncentrat pomidorowy - 4 łyżka  
gęsta śmietana - 2 łyżka  
sól i pieprz - do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Fileta umyć, zalać litrem wody, zagotować. Wyjąć szumowiny, dodać obrane i umyte marchewkę, seler, pietruszkę, czosnek, cebulę i pora. Posolić, gotować pod przykryciem. Kiedy wszystko będzie prawie miękkie dodać ryż. Kiedy ryż i mięso będą miękkie dodać koncentrat pomidorowy, zagotować. Śmietanę wymieszać z 1/4 szklanki wywaru, wlać z powrotem do zupy. Zagotować, przyprawić solą i pieprzem. Przebrać do głębokich talerzy, do każdego włożyć po kawałeczku mięsa.