Spaghetti z mięsem i warzywami

Renixx

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

40 min

1 porcja

Składniki:

filet z kurczaka - 300-400 g
fasolka szparagowa - 100 g
papryka czerwona - 1 szt.
pomidory - 300 g
cukinia mała - 1-2 szt.
cebula - 1 szt.
pieczarki - 200 g
makaron spaghetti - 250-300 g
klasyczna przyprawa do kurczaka - 1 łyżka
olej - 3 łyżka
sól, pieprz, sos sojowy - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Filety z kurczaka umyć, osuszyć, pokroić w kostkę, oprószyć przyprawą do kurczaka, włożyć na godzinę do lodówki.
Następnie mięso razem z posiekana cebulką zrumienić na rozgrzanym oleju. Gdy mięso i cebula się lekko zrumieni wsypać pokrojone pieczarki, chwile poddusić. Po 10-15 minutach dodać pokrojoną w kostkę cukinię, paprykę i obgotowaną fasolę szparagową.
Dusić około 10 minut. Pomidory sparzyć wrzącą wodą, obrać ze skórki, pokroić w kostkę, połączyć z mięsem i warzywami, gotować przez chwilę, przyprawić do smaku solą, pieprzem i sosem sojowym. Makaron ugotować w osolonej wodzie, odcedzić, wyłożyć na talerze, włożyć porcję mięsa z warzywami, podawać.