



## Ingredience

- NIKAL Omega 3 stolní olej
- NIKAL Bylinné sypké koření
- NIKAL Rajská polévka a omáčka
- 4 kuřecí stehna
- 2 cibule
- 400 ml vody
- 200 ml šlehačky
- 200 g čerstvých nebo mražených hub
- čerstvá citronová šťáva
- 1 lžičce sekané petrželky
- 1 lžičce sekaného estragonu

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

**NIKAL** specialista na omáčky, polévky a koření  
Kotkova 710/3  
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16  
Fax 515 291 055  
Online [www.nikal.cz](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Bylinkové kuře na houbách s rajskou omáčkou



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 50 minut.

### Příprava:

Troubu předehřejeme na 180°C. Kuřecí stehna rozdělíme na horní a dolní části. Obě cibule oloupeme, rozpůlíme a nakrájíme na proužky.

Do zapékačeho hrnce dáme lžiči **NIKAL Přírodního olivového oleje Extra** a zahřejeme. Kuřecí kousky osmažíme po všech stranách a okořeníme **NIKAL Bylinným sypkým kořením**. Přisypeme cibuli a vložíme asi na 15 minut do trouby.

Mezitím dáme do hrnce 400 ml vody a 60 g **NIKAL Rajské omáčky a polévky**. Zamícháme, zahřejeme a krátce povaříme. Přimícháme 200 ml šlehačky. Omáčku nalejeme na kuřecí kousky a pečeme dalších 15 minut.

Houby očistíme a nakrájíme na silnější plátky. Na pánev dáme lžiči **NIKAL Omega 3 stolního oleje**, zahřejeme a vložíme houby. Osmažíme a okořeníme **NIKAL Bylinným sypkým kořením** a citronovou šťávou. Houby, nasekanou petrželku a estragon přidáme ke kuřecím kouskům a jemně promícháme.

Necháme ještě 5 minut dopéct a můžeme servírovat.

**TIP:** Jako přílohu můžete podávat bagetky nebo těstoviny.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** 36,1 g tuk • 32,7 g sacharidy • 17,8 g bílkoviny  
4,2 g vlákniny • Energetická hodnota 529 kcal