



Pečené kuře s květákem

Šťavnaté celé kuře pečené s karamelizovaným máslovým květákem. Jednoduchý nedělní oběd bez zbytečných příprav.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Oběd #Pečené #Rodinné

⌚ Příprava 15 min · Vaření 70 min Náročné 👤 4 porce 🔥 480 kcal/porce

Na porci: 0 40 g bílkovin ₪ 8 g sacharidů 0 32 g tuků

Suroviny

	Kuře bez drobů · 1kg Potřeba: 1,3 kg	59,90 Kč	
	Květák bílý · 1ks Potřeba: 1 ks	29,90 Kč	

Co ještě přidat

	Slunka Olej slunečnicový · 1l Potřeba: 2 lžíce	33,90 Kč	
	Solné Mlýny Jemná špetka sůl s jodem 500 g · 500 g Potřeba: podle chuti	8,80 Kč	
	Avokádo Pepř černý mletý 20g · 20g Potřeba: podle chuti	18,90 Kč	
	Paprika sladká Bio · 180g Potřeba: 1 lžička	39,90 Kč	

Postup

- 1** Troubu předehřej na 200 stupňů.
- 2** Kuře osol, opepři a potři olejem, vlož do pekáče.
- 3** Květák rozeber na růžičky, osol, okořeň a přidej k masu do pekáče.
- 4** Peč 60 až 70 minut, v polovině pečení maso i květák otoč.
- 5** Posledních 10 minut zvyš teplotu na 220 stupňů, aby kuře zezlátlo.
- 6** Před podáváním nech maso 5 minut odpočinout a poté podávej s křupavým květákem.

Tip: Šťávu z pekáče slij a použij jako rychlou omáčku ke kuřeti.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.