



**Ania Gotuje**  
Tylko najlepsze przepisy

## Pappardelle z kurczakiem

Czas przygotowania: 30 minut

Czas gotowania makaronu: 8 minut

Liczba porcji: około 1900 g dania

W 100 g dania:

Wartość energetyczna ..... 170 kcal

### Składniki

- 350 g suchego makaronu Pappardelle - około 850 g makaronu ugotowanego
- 1 cała pierś z kurczaka (dwa filety) - łącznie około 500-600 g
- 80 g pomidorów suszonych z oleju - około 4-5 połówek
- 200 ml śmietanki 30 % - około 4/5 szklanki
- 50 g parmezanu lub innego sera typu parmezan
- 200 g świeżego szpinaku baby
- 2 łyżki oliwy lub innego oleju do smażenia
- 5 łyżek wody - około 50-75 ml
- przyprawy: 1 płaska łyżka mieszanki przypraw gyros/kebab; 1/3 łyżeczki pieprzu

Ukryj zdjęcia

## Pappardelle z kurczakiem

Szklanka ma u mnie pojemność 250 ml.

Śmietankę kremówkę trzymaj w temperaturze pokojowej.

Z podanej ilości składników powinno wyjść około 1900 gramów dania. Będą to cztery, bardzo duże porcje lub też 5-6 mniejszych.

Kalorie policzone zostały na podstawie użytych przeze mnie składników. Jest to więc orientacyjna liczba kalorii, ponieważ Twoje składniki mogą mieć inną liczbę kalorii niż te, których użyłam ja. Zanim zaczniesz szykować danie, polecam najpierw przeczytać cały przepis, by przygotować się odpowiednio wcześniej do kolejnych etapów wykonania.

## Pappardelle z kurczakiem przepis



Pierś z kurczaka (dwa filety) o łącznej wadze około 500-600 gramów oczyść z ewentualnych żyłek i chrząstek i pokrój na małe kawałki wielkości około 1,5 cm. Kawałki kurczaka posyp łyżką ulubionej mieszanki przypraw. Dodaj też 1/3 łyżeczki świeżo mielonego pieprzu. Całość dobrze wymieszaj. Nagrzej średniej wielkości patelnię z grubym dnem. Wlej dwie łyżki oliwy lub oleju roślinnego do smażenia. Po chwili wyłóż też kawałki kurczaka. Mięso smaż do 8 minut. Pamiętaj o tym, by co kilka minut przewrócić mięso na drugą stronę przy pomocy drewnianej łyżki. Średnia moc palnika i cały czas bez przykrywki. Gotowe kawałki kurczaka przełóż przy pomocy szpiczka do miseczki. Patelni nie myj i nie wylewaj z niej sosu. Za chwile podsmażysz na niej szpinak i zrobisz sos.

*Porady:* Piersi z kurczaka możesz zamienić na dowolne, oczyszczone mięso z kurczaka (bez kości i skóry). Polecam mięso z podudzi. Użyłam mieszanki przypraw kebab/gyros. Doskonale sprawdzi się w tym przepisie również mieszanka przypraw curry.

Na patelnię po kurczaku wlej 5 łyżek wody, czyli około 50 ml zwykłej wody z kranu. Od razu wyłóż też całe opakowanie (200 gramów) młodych listów szpinaku baby. Przewracaj szpinak i mieszaj, aż zacznie więdnąć i bardzo zmniejszy objętość. Nie powinno to trwać dłużej niż pięć minut.

*Porada:* Zanim na patelnię wlejesz wodę i wyłożysz szpinak, możesz urozmaicić danie podsmażając dodatkowo cebulę z czosnkiem lub nawet jeszcze z cukinią. Od jednego, do trzech ząbków czosnku obierz i posiekaj drobno. Tak samo obierz i posiekaj małą lub średniej wielkości cebulę lub/ oraz pół cukinii. Warzywa podsmażaj razem na średniej mocy palnika nie dłużej niż 10 minut. W razie potrzeby dodaj więcej oliwy oraz trochę więcej mieszanki przypraw. Warzywa przełóż kurczaka i dopiero wlej wodę i dodaj szpinak.

Na patelnię ze szpinakiem dodaj 80 gramów pokrojonych w paski pomidorów suszonych z oleju. Od razu dodaj również 50 gramów startego na drobnych oczkach parmezanu. Możesz też dodać ser Grana Padano lub Pecorino Romano albo inny twardy ser dojrzewający o wyraźnym smaku.

*Porady:* Suszone pomidory można zastąpić kaparami z zalewy lub oliwkami. Sprawdzi się też tarty cheddar oraz gorgonzola. Można też użyć serka mascarpone, jednak sos należy wówczas dodatkowo posolić.

Zaraz po suszonych pomidorach i tartym serze na patelnię wlej około 200 ml śmietanki kremówki 30 %. Całość dokładnie wymieszaj i poczekaj, aż ser połączy się ze śmietanką i zacznie się delikatnie gotować. W tym momencie można ponownie umieścić na patelni podsmażone wcześniej kawałki kurczaka. Sos gotuj jeszcze około 2-3 minuty, a następnie sprawdź jego smak. W razie potrzeby dodaj więcej pieprzu lub odrobinę soli, czy sosu sojowego (nie ma ich w składnikach przepisu). Patelnię zdejmij z palnika.



W trakcie szykowania sosu ugotuj makaron pappardelle. Do garnka wlej wodę i dorowadź ją do wrzenia. Na ugotowanie 250 gramów makaronu potrzebujesz do 1,5 litra wody. Wodę posól dopiero, gdy zaczniesz się gotować. Do wrzątku wsyp też płaską łyżkę soli (nie ma jej w składnikach). W garnku umieść makaron i gotuj al dente. Makaron pappardelle gotuję zazwyczaj o minutę dłużej, niż zaleca producent na opakowaniu. Ugotowany makaron powinien być sprężysty, ale miękki. Ugotowany makaron przełóż na durszlak i od razu z powrotem do garnka, w którym się gotował lub do miski. Makaron ma być mokry. Po ugotowaniu makaron ważył u mnie około 850 gramów.

Do ugotowanego makaronu przelej cały sos z kawałkami kurczaka. Całość dokładnie wymieszaj i podawaj.

*Porada:* Pappardelle sprzedawany jest czasem w formie ugotowanego już makaronu, który wystarczy wrzucić na kilka minut na wrzątek. Aby otrzymać około 850 gramów gotowego do podania makaronu potrzebujesz około 500 gramów takiego "świeżego" makaronu.

Pappardelle z kurczakiem można dodatkowo oprószyć tartym serem i udekorować listkami bazylii. Danie to można ponownie podgrzewać. Smacznego.

**Dziękuję za wspólne gotowanie.**

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

