

Podudzia z kurczaka z warzywami

klasyka na obiad

 Czas na High: 2

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- 8 podudzi z kurczaka lub 4 uduka
- 4 ząbki czosnku
- 1 łyżka papryki słodkiej
- 1 łyżeczka przyprawy do kurczaka
- 1 łyżka posiekanego koperku
- 2 marchewki
- 1 papryka czerwona
- ok. 400 ml wody do wysokości składników w naczyniu
- opcjonalnie 1 łyżka przecieru pomidorowego



Wykonanie:

Podudzia przełóż do misy wolnowaru Crock-Pot. Dodajemy ząbki czosnku ja każdy podzieliłam na dwie części, pokrojone marchewki, paprykę czerwoną, posiekany koperek, posypujemy przyprawą do kurczaka oraz papryką słodką oraz wlewamy wodę tak aby przykryła składniki. Gotujemy przez 2 godziny HIGH, na ustawieniu 2. Podajemy z osobno ugotowanym ryżem oraz warzywkami z wolnowaru.

Przepis z bloga <https://poprostupycha.com.pl/>