



Cukkinis csirkemell

3 éhes főre

Hozzávalók:

- 500 g csirkemellfilé
- 500 g cukkini
- 2 db salottahagyma
- 300 ml tejszín (20%-os)
- 1 csokor petrezselyem
- 1 ek vaj
- 1 ek olaj
- só, bors

Elkészítés:

- 1 A csirkemellet csíkokra vágjuk, a cukkinit fél karikákra vagy hasábokra. (Ha félsz, hogy keserű a héja, hámozd meg!) A salottákat meghámozzuk és fél karikákra vágjuk.
- 2 A vaj és olaj elegyén lepirítjuk a csirkemellcsíkokat. Amikor elfőtt a leve, sózzuk, borsozzuk és hozzáadjuk a hagymát. Ha a hús aranybarna, hozzáadjuk a cukkinit is.
- 3 Amikor a cukkini kicsit megpuhult, hozzáöntjük a tejszínt. Pár perc alatt összeforraljuk. Ha túlságosan besűrűsödne, kis vízzel hígíthatjuk.
- 4 Rádobjuk az apróra vágott petrezselymet.

Megjegyzés:

Mi tagliatellével esszük és a tetejére parmezánt szórunk.