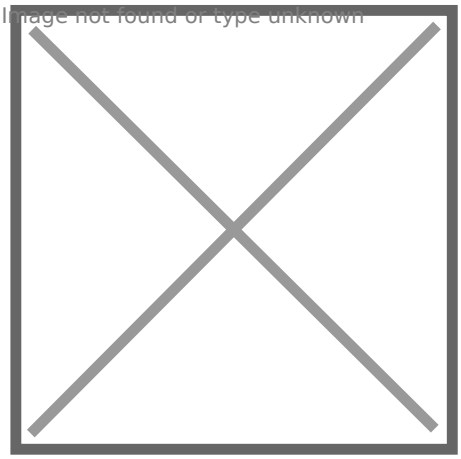


Рецепты Bravolli > Основное блюдо

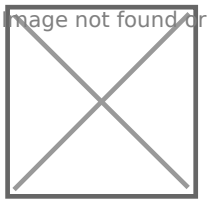
Курочка в сладком томатном соусе с булгуром и брокколи

Сложность: Вложить душу

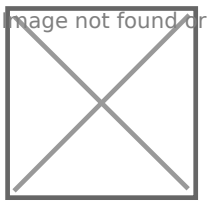
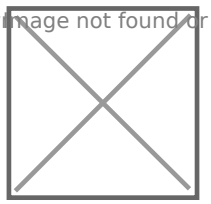
2 порции

40 мин

Продукты Bravolli:



Булгур

Способ приготовления:

- В блендере измельчить томат и лук, добавить томатную пасту, соевый соус, соль, перец и сахарный песок.
- В емкость для запекания поместить куриные голени и залить их соусом.
- Запекать 25 минут в духовке при температуре 180 °C.
- Тем временем в кипящую подсоленную воду высыпать булгур и брокколи, варить на медленном огне под крышкой 15 минут.
- Подавать в горячем виде.