



СИНГАПУРСКАЯ ЛАПША С КРЕВЕТКАМИ И КУРИЦЕЙ



 35 минут

 147 ккал; БЖУ 10/5/15 (на 100 г)

 400 г (каждая порция)

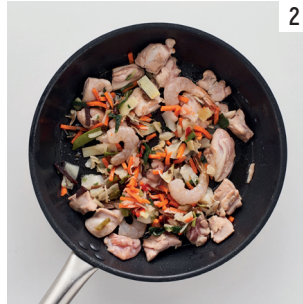
 Предварительно разморозьте говяжий фарш, бекон

Ингредиенты:

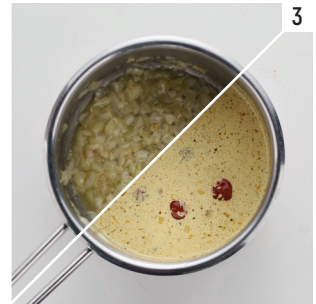
мякоть бедра, креветки, лук, китайская смесь, сливки, лапша удон, приправа карри, черри, имбирь.



Курицу нарежьте крупными кусочками, креветки – пополам. Лук и имбирь мелко нарубите.



Разогрейте сковороду и сбрызните ее растительным маслом. Обжаривайте курицу 2-3 минуты на сильном нагреве, добавьте креветки и китайскую смесь. Жарьте все вместе, помешивая, 3 минуты на сильном нагреве.



В сотейнике на растительном масле обжаривайте лук, имбирь и черри 2 минуты на сильном нагреве. Влейте сливки, всыпьте приправу карри. Варите на среднем нагреве до загустения, не давая сливкам закипеть и свернуться, 3-4 минуты. Опустите лапшу в кипящую подсоленную воду и варите 2-3 минуты. Откиньте на дуршлаг.



На сковороду к курице и овощам добавьте соус из сотейника и лапшу. Прогрейте все вместе 2-3 минуты.



подавайте сингапурскую лапшу с креветками и курицей к столу.