

Ciulama de dovlecel cu pui sau ciulama de pui cu dovlecel



Ciulama de dovlecel cu pui sau ciulama de pui cu dovlecel



Încă sunt indecis cum să-i zic, ciulama de dovlecel cu pui sau ciulama de pui cu dovlecel. Oricum ar fi această mâncărică cu dovlecel și piept de pui este extraordinar de gustoasă.

- 2 dovlecei (mărisori)
- 3 cepe medii
- 400 g de piept de pui
- 400 g smântână grasă 32% grăsime
- 1/2 legătură pătrunjel verde
- 1/2 legătură mărar proaspăt
- 20 ml ulei măsline
- 5 căței de usturoi
- 2 frunzulițe de dafin
- sare și piper după gust

1. Tăiați capetele dovleceilor și apoi fiecare dovlecel în jumătate, apoi în fâșii și în cele din urmă în cubulețe. Acest lucru se aplică atât dovlecelului verde, cât și

celui galben.



2. Într-o tigaie mare, încălziți uleiul de măsline la foc mediu. Adăugați ceapa tocată și prăjiți-o până devine sticloasă și ușor caramelizată.
3. Adăugați sarea, piperul proaspăt măcinat și frunzele de dafin. Puteți pune, de asemenea, căței de usturoi în coajă, care vor fi zdrobiți mai târziu.
4. Adăugați cubulețele de piept de pui în tigaie și prăjiți-le până devin ușor rumenite pe margini.



5. După ce pieptul de pui s-a rumenit, adăugați dovleceii tăiați și lăsați-i să se gătească timp de aproximativ 10-15 minute, până își lasă zeama și devin mai moi.
6. După ce dovleceii sunt gata, adăugați smântâna și amestecați bine.



7. Lăsați mâncarea să fiarbă la foc mic timp de aproximativ 5 minute, pentru a se combina aromele.
8. Adăugați pătrunjelul și mărarul tocat și amestecați din nou.
9. Dacă doriți să adăugați puțină iuțeală, presărați fulgii de ardei iute peste mâncare.
10. După ce ați obținut o consistență cremoasă și toate aromele s-au combinat, opriți focul.

