

# soba noodles z kurkami

Japoński makaron soba noodles jest sporządzany z mąki gryczanej. Mój synek go uwielbia, a dla nas jest to zdrowsza wersja makaronu typu spaghetti, bo zawiera dużo białka i cennego błonnika.

Kupiłam dziś kurki, które mają specyficzny smak i aromat, a to efekt moich czarów;)

## Składniki (4-6 porcji)

- 1 opakowanie soba noodles (300 gram),
- 3 łyżki masła,
- 400 gram kurek,
- 2 ząbki drobno posiekanego czosnku,
- 1 ostra papryczka pokrojona w bardzo drobną kostkę (pestki można odrzucić w zależności od odporności na ostrość potrawy),
- 1/4 szklanki soku z cytryny,
- 1/2 szklanki startego parmezanu lub złotego bursztynu,
- odrobina soli,
- świeżo zmielony pieprzu do smaku,
- 1/4 szklanki drobno posiekanej pietruszki,
- 4 łyżki oliwy.

## Wykonanie:

1. Ugotować soba noodles w lekko osolonej wodzie.
2. Masło rozgrzać w woku lub na dużej patelni, wrzucić dobrze oczyszczone i pokrojone niezbyt drobno kurki. Smażyć ok 3 minut, następnie dodać czosnek i papryczkę. Odrobinę posolić, i smażyć ok. 5 minut na średnim ogniu.
3. Zmniejszyć temperaturę gotowania do minimum. Skropić zawartość woka sokiem z cytryny, dodać parmezan i posiekaną natkę pietruszki, zamieszać.
4. Do woka dodajemy teraz odcedzony makaron, dokładnie

mieszamy dodając oliwę z oliwek.

5. Serwujemy ciepłe na końcu posypując dodatkowo odrobiną parmezanu i pietruszki. Na sam koniec możemy dodatkowo skropić pastę sokiem z cytryny i wedle uznania połączyć oliwą.

Enjoy!

