

Если вы любите готовить и хотите радовать своих домашних разными вкусностями, чаще заходите на сайт для женщин www.wday.ru, на котором собрана масса отличных советов для хозяек.

Так, например, многие готовят блюда из курицы, причем эта птица очень вкусная. Сегодня мы [Готовим из куриной грудки](#) немало блюд, и авторы сайта предлагают нам познакомиться с тем, что можно приготовить из нее. Здесь вы найдете несколько интересных и довольно простых рецептов, однако результат будет сногшибательным. Вы можете приготовить куриную грудку в прованских травах, грудку фаршированную чесноком и зеленью, грудку в сливочном соусе, рыбные котлеты из куриной грудки и многое другое.

Грудка – это белое, диетическое мясо, поэтому оно часто входит в состав диетических блюд. Например, вы можете научиться готовить тушеную грудку в сливочном соусе. Вам понадобится: две грудки, сливки, оливковое масло, мука, сметана, сливочное масло, репчатый лук, зелень петрушки. Куриная грудка режется на небольшие кубики. После этого они выкладываются на разогретую сковороду и тушатся на растительном масле 15 минут. Лук нужно нарезать тонкими полукольцами и добавить к мясу, затем посолить и поперчить. Все это нужно накрыть крышкой и 5 минут тушить. Теперь берем другую сковороду, растапливаем на нем сливочное масло и обжариваем муку, добавляем сметану и сливки. Перемешиваем все это и тушим 5 минут на медленном огне.

Затем к грудке добавляем полученный сливочный соус, перемешиваем ингредиенты, тушим еще пять минут и выключаем. Украсить блюдо можно рубленой петрушкой.