

KREWETKI Z ANANASEM

SPOSÓB WYKONANIA:

Składniki na 2 porcje:

- 6 obranych, surowych krewetek
- drobno pokrojony ząbek czosnku
- 40 ml oliwy
- 20 g zimnego masła (1 łyżka)
- posiekana natka kolendry
- posiekane chilli
- 200 g przecieru z ananasa PURENA



1 Na patelni rozgrzać oliwę z oliwek.



2 Przesmażyć na oliwie krewetki z czosnkiem, ok. 2 min.



3 Dorzucić pokrojone chilli.



4 Zalać przecierem z ananasa i smażyć jeszcze minutę.



5 Zagęścić masłem.



6 Podawać posypane świeżą kolendrą.

Wartości odżywcze:

100 g
158 kcal

1 porcja
294 kcal

Gotowe danie spożyć w przeciągu 24 h.

Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.