**Уважаемые студенты!**

Законспектируйте, пожалуйства, рецепт и приготовьте блюдо. Подберите самостоятельно гарнир и напишите требования к качеству блюда.

**Курица в сметанном соусе**

- Филе курицы 300гр.

-2 зубчика чеснока

- 1 стакан сметаны 20%

- 1 ст. ложки муки

- Масло растительное

- Мускатный орех

- Специи

- Соль

Тщательно промойте курицу, обсушите и нарежьте на куски среднего размера, посолите и поперчите. На сковороде разогрейте растительное масло и обжарьте кусочки курицы со всех сторон до румяной корочки (10-15 мин).

**Приготовление соуса:**

Сметану смешайте с 0,5 стакана воды. Чеснок очистите, пропустите через пресс и добавьте к сметане. Всыпьте муку и перемешайте.

Готовую курицу залейте приготовленным соусом, посыпьте мускатным орехом и тушите на медленном огне 15-20 мин. При необходимости подлейте немного горячей воды. Подайте блюдо с соусом и любым гарниром (на выбор обучающегося).

**Приятного аппетита!**

Домашнее задание отправляйте, пожалуйста, ежедневно Вконтакте или на мою электронную почту: **olga\_zhigalova.13@mail.ru**