

---

# Kurczak w sosie

Dodano: 2010-01-01 14:40:05

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1336 razy.

## Kuchnia chińska

duże piersi kurczaka

4 szklanki wody

1 łyżeczka soli

mąka ziemniaczana

4 łyżki oleju

1 1/2 szklanki pędów bambusa pokrajanych w małą kostkę lub obgotowana i pokrajana w kostkę marchewka

8 ząbków czosnku

1/2 łyżeczki soli

1/2 szklanki wody

1/2 łyżeczki przyprawy chilli lub ostrej papryki

Sos przyprawowy:

3 łyżki powideł śliwkowych

1 łyżeczka soku z cytryny

1/2 łyżeczki imbiru w proszku

1 łyżeczka miodu lub cukru

1-2 roztarte ząbki czosnku

1/2 łyżeczki zmielonego pieprzu

2 łyżki sosu sojowego

2 łyżeczki octu

Kości i skórę usunąć z piersi kurczaka. Mięso pokrajać w kostkę o boku 1 cm. Wodę wymieszać z 1/2 łyżeczki soli, zalać mięso, zamieszać, odstawić na 20 minut. Dokładnie osączyć z solanki. Kawałki pokrajanego w kostkę mięsa obtoczyć w mące ziemniaczanej. Wymieszać składniki sosu przyprawowego z pędami bambusa lub marchewką, odstawić. 4 łyżki oleju wlać na gorącą patelnię, mocno podgrzać na dużym ogniu, wsypać całe ząbki czosnku, mieszając smażyć 15 sek, dodać sól, mięso i przyprawę chilli, smażyć 30 sek, ciągle mieszając. Dodać sos przyprawowy, mieszając smażyć minutę, wlać 1/2 szklanki wody, dokładnie wymieszać, dusić dalszą minutę nie przerywając mieszania. Podawać natychmiast. Porcje: dla 4 osób - jako danie główne, z ryżem, z potrawą z warzyw i zupą

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD