Kurczak na słodko kwaśno

Dodano: 2005-09-16 20:46:24
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 3679 razy.

50dag. Filetów z kurczaka
3 łyżki sosu sojowego o smaku grzybowym
2 łyżki octu winnego białego
2-3 łyżek pikantnego keczupu
Sól, pieprz
1 pęczek dymki
30dag. pieczarek
1 puszka 314ml. pędów banana
1 puszka 234ml. ananasa
2 łyżki oleju
3 łyżki mąki ziemniaczanej
450ml. wywaru drobiowego
1 łyżeczka cukru
Kilka gałązek natki pietruszki do dekoracji

Filet z kurczaka umyć osuszyć najlepiej w ręcznik jednorazowy. Pokroić mięso w drobne kawałki.
Przygotowanie marynaty: Sos sojowy wymieszać z octem winnym oraz keczupem doprawiając na pikantnie solą i pieprzem
Filety przełożyć do miski, zalać marynatą, przykryć i odstawić w chłodne miejsce na około 30min.
W tym czasie oczyścić pieczarki i obgotować przez około 20min. Cebulę pokroić drobno i podsmażyć na złoty kolor.
Pędy bambus i ananas odsączyć . Jeśli potrzeba bambusy pokroić w plasterki a ananas w kostkę.
Filety obsmażyć na złoty kolor, potem dodajemy pieczarki, cebulę przysmażoną, 300ml. wywaru z kurczaka, dodajemy pędy bambusa, ananas zagotowujemy i zagęszczamy pozostałą częścią mąki ziemniaczanej i znów musimy zagotować .
Przyprawiamy do smaku solą, pieprzem, cukrem, syropem z ananasa.
Podajemy z ryżem i dekorujemy natką pietruszki

Nadesłał: mermas <mermas@vp.pl>