

Kurczak z Warzywami



Kuchnia: chińska

Czas przygotowania: 60 do 90min.

Danie dla: 4 osób

Stopień trudności: 6/10

Składniki:

- piersi - 0,5 kg
- papryka - 2 szt.
- marchewka - 1 szt.
- brokuł
- soia
- sos - 50 ml
- imbir - 1/2 łyżeczki
- wiśniówka - 25 ml
- czosnek - 2 ząbki
- olej - 2 łyżki

Opis przygotowania:

Kurczaka kroimy w kawałki 2x3 cm, papryki w paski a marchewkę w słupki. Brokuły dzielimy na różyczki. Pokrojonego kurczaka mieszamy z połową sosu sojowego, imbirem i wiśniówką (można dodać do sosu sojowego łyżeczkę mąki ziemniaczanej). Pozostawiamy na 1 godzinę. Rozgrzewamy wooka lub patelnię i na jednej łyżce oleju smażymy całe ząbki czosnku. Gdy zaczynają brązowieć usuwamy. Teraz dodajemy warzywa w kolejności marchew, papryka, brokuły mniej więcej co minutę. Wlewamy pozostały sos sojowy i smażymy jeszcze 2 minuty. Usmażone warzywa przekładamy do miski. Na pozostałym mocno rozgrzanym oleju smażymy kurczaka ok. 3-5 minut - dodajemy smażone warzywa i kielki sojowe. Mieszając smażymy jeszcze 1 minutę. Podajemy z ryżem.

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!