

Doradca Smaku IX: Pałki z kurczaka z fasolą i pomidorami, odc. 2



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

olej	300 mililitrów
miód	2-3 łyżki
pałki z kurczaka	4 sztuki
ząbki czosnku	2 sztuki
cebula czerwona	1 sztuka
pieczarki	6 sztuk
pomidor pelati	200 gramów
fasola biała	70 gramów
czarne oliwki	20 gramów
natka kolendry	1 pęczek
papryczka chili	1 sztuka
kwaśna śmietana	2 łyżki
Do smaku	
przyprawa do kurczaka - pikantna	kilka szczypt
suszone pomidory z ziołami Smak	kilka szczypt
sól morska - MŁYNEK Prymat	kilka szczypt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Do miski wlewamy 50 ml oleju i miód, dodajemy przyprawę do kurczaka i mieszamy. Do tak stworzonej marynaty wkładamy pałki kurczaka i wstawiamy do lodówki.

Czosnek siekamy, cebulę kroimy w kostkę, pieczarki kroimy w ćwiartki. Rozgrzewamy patelnię, wlewamy olej, dodajemy czosnek, cebulę i pieczarki, doprawiamy suszonymi pomidorami z czosnkiem i bazylią, a następnie mieszamy. Dodajemy pomidory pelati, białą fasolę i czarne oliwki, doprawiamy solą, całość mieszamy, a później dusimy na małym ogniu przez około 10 minut.

Do osobnego garnka wlewamy 100 ml oleju i rozgrzewamy. Pałki kurczaka wyciągamy z lodówki i smażymy na złoty kolor, od czasu do czasu mieszając, następnie wlewamy rosół i dusimy przez 30-40 minut. Siekamy natkę kolendry i paprykę chili. Na talerz wykładamy sos z pomidorami pelati i fasolą, na wierzchu układamy pałki z kurczaka, polewamy marynatą. Na danie wykładamy kwaśną śmietaną, posypujemy kolendrą i papryką chili.