

KURCZAK PO WIETNAMSKU TRADYCYJNY



CHEF7



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

1 łyżeczka przyprawy pięć smak

30ml sosu sojowego ciemnego

3 łyżki cukru

½ łyżeczki papryki ostrej i ½

3 ząbki czosnku

1 łyżka skrobi ziemniaczanej

sól, pieprz

filet z kurczaka podwójny 1 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Filety z kurczaka umyć, osuszyć, pokroić w grubą kostkę, posypać przyprawami. Czosnek rozgnieść praską i dodać do kurczaka. Wymieszać i odstawić na chwilę. Na patelni lub w woku zrumienić na karmel cukier z trzema łyżkami wody, gdy zgęstnieje wrzucić pokrojonego w kostkę kurczaka (UWAGA może buchnąć, pryskać), smażyć przez 3-4 minuty na dużym ogniu mieszając żeby karmel znalazł się na całym kurczaku. Po usmażeniu dolać sos sojowy, dodać brokuły podzielone na małe różyczki i dusić pod przykryciem przez następne 7 minut. Wymieszać zagęścić skrobią wymieszaną z wodą i mieszać do zgęstnienia tak, aby powstały sos pokrył mięsi i warzywa. Cebulę wcześniej pokroić w piórka, osobno podsmażyć na złoty kolor i wyłożyć na talerz. Na gorącą cebulę wyłożyć usmażone kawałki mięsa i warzyw. Gotowe. Danie podawać z ryżem i surówką z kapusty białej.