

Pierś kurczaka z papryką i ananasem



ANNA141



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kurczaka	50 dag
papryka czerwona	1 szt
Kucharek przyprawa uniwersalna	4 łyżki
cebula dymka	4 szt
ananas w puszcze	1 szt
czosnek	1 ząbek
olej	3 łyżki
ocet winny	2 łyżki
miód	1 łyżka
Zasmażka:	1 łyżka
sos sojowy	3 łyżki
papryka zielona	1 szt
Imbir mielony Prymat	1/2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Papryki, dymkę i czosnek pokroić. Ananas odsączyć, pokroić. Kucharek wymieszać z 4 łyżkami soku ananasowego, czosnkiem, sosem sojowym, olejem, miodem, octem i zasmażką. Mięso pokroić w paski, smażyć 2-3 min. na oleju, wyjąć. Włożyć paprykę, podsmażyć, dodać ananasa, dymkę i sos. Przyprawić imbirem, dusić 3 min. Dodać mięso i chwilę poddusić.

/Zasmażki można użyć gotowej lub przyrządzić z tłuszczu i mąki/