

Przepis dnia III, odc. 51: Kurczak po chińsku z ryżem, zieloną papryką i natką pietruszki



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

piers z kurczaka	400 g
Mój przepis na: danie chińskie	1 opakowanie
ryż	300 g
olej	2 łyżki
orzechy nerkowca	3 łyżki
papryka zielona	1 szt.
natka pietruszki	1 pęczek
szczypiorek	
imbir	świeży
mąka ziemniaczana	
kapusta pekińska	
sok z cytryny	
cukier	
czosnek granulowany	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Przygotować wszystkie składniki.
- KROK 2 Kurczak po chińsku:
Mięso z kurczaka pokroić w cienkie paseczki.

- KROK 3 Zawartość torebki wsypać do kurczaka, dokładnie wymieszać. Następnie na patelni na 2 łyżkach oleju podsmażyć szczypiorek, dodać mięso z zieloną papryką i podsmażyć.
- KROK 4 Dodajemy orzechy nerkowca i smażyjemy dalej. Na sam koniec dodajemy posiekaną świeżą pietruszkę i zdejmujemy patelnię z ognia.
- KROK 5 Sałatka z kapusty pekińskiej:
Do miski wkładamy posiekaną i posoloną kapustę pekińską. Po kilku minutach odciskamy kapustę. Dodajemy pokrojony w paseczki świeży imbir. Wciskamy sok z połowy cytryny, dodajemy 3 łyżeczki cukru.
- KROK 6 Dolewamy oliwy z oliwek i doprawiamy czosnkiem granulowanym. Mieszamy wszystko dokładnie.
- KROK 7 Smacznego