

## Słodko-kwaśne kotlety sojowe



**AGNIESZKA189**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

<b>kotlety sojowe</b>	8 szt
<b>marchewka</b>	
<b>cebula</b>	
<b>papryka zielona</b>	
<b>sól, pieprz</b>	
<b>oliwa</b>	
<b>bulion</b>	
<b>mąka ziemniaczana</b>	1 łyżka
<b>miód</b>	1 łyżka
<b>sok z cytryny</b>	
<b>suszona papryka chilli</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kotlety sojowe obgotowujemy w bulionie zgodnie z instrukcjami na opakowaniu. Przeszudzone kroimy w paseczki.

Na oliwie podsmażamy pokrojoną w paseczki zieloną paprykę, marchewkę i cebulę. Gdy się zeszkłą i trochę zmiękną dodajemy pokrojone kotlety sojowe, rozkruszone płatki chilli i doprawiamy solą i pieprzem.

Podlewamy szklanką wywaru, w którym gotowały się kotlety, dodajemy łyżkę miodu oraz sok wyciśnięty z połowy cytryny.

Gdy warzywa zmiękną zagęszczamy sos łyżką mąki ziemniaczanej rozmieszanej z zimną wodą.

Podajemy z brązowym ryżem.

