

Piersi kurczaka z karmelizowanymi na pikantnie wiśniami :



BABCIAGRAMOLKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

2 piersi z kurczaka ,1 szklanka wiśni bez pestek (mogą być mrożone)

**pieprz mielony,1,5 czubatej łyżki miodu ,sól,2 łyżki sosu sojowego,2 łyżki
nalewki wiśniowej**

papryczka chili

1 szt

olej słonecznikowy

3 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Zrobić pastę z 2 łyżek oleju, 1 łyżki sosu sojowego, 0,5 łyżki miodu, szczypty pieprzu . Natrzeć mięso i zostawić w lodówce .

Na patelni rozgrzać 1 łyżkę oleju z sosem sojowym . Dodać 1 łyżkę miodu , papryczkę chili i chwilę ogrzewać aż miód się rozpuści. Wsypać wiśnie .Smażyć mieszając na małym gazie ok. 5 minut. Lekko doprawić mielonym pieprzem . Wiśnie zdjąć łyżką cedzakową i zostawić na boku .

Przestudzonym pikantnym sosem z patelni zalać mięso i trzymać w lodówce ok. 2 godzin.

Rozgrzać na patelni łyżkę masła z łyżką oleju. Smażyć oczyszczone z marynaty mięso na rumiano z obu stron . Podlać wiśniówką , przykryć i dosmażyć .Dołożyć wiśnie i chwilę ogrzewać .

Podawać mięso obłożone karmelizowanymi na pikantnie wiśniami .