

Kurczak po azjatycku przygotowany przez Piotra Ogińskiego



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
POWYŻEJ 1H



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Przygotowanie mięsa:

piersi z kurczaka	300 g
papryka czerwona	1 szt.
marchewka	1 szt.
cebula	1 szt.
brokuły	kilka różyczek
orzechy nerkowca	0,5 szklanki
Przyprawa do kurczaka orientalna Prymat	1 mała łyż.

Sos:

sos sojowy	2 duża łyż.
sos ostrygowy	1 duża łyż.
cukier brązowy	1
sok z limonki	z połowy owocu
Imbir mielony Prymat	0,5 mała łyż.

Ryż:

ryż	200 g
Kardamon mielony Prymat	0,5 mała łyż.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ryż zalewamy wodą, centymetr ponad poziom ryżu, dodajemy szczyptę soli. Od momentu zagotowania się wody z ryżem, wyłączamy dopływ ciepła i zostawiamy pod pokrywką przez 15 minut.

Umyte i oczyszczone mięso kroimy w cienkie paseczki, wrzucamy do miski i obtaczamy w orientalnej przyprawie do kurczaka.

W woku* prażymy orzechy – gdy są gotowe, przekładamy do miski.

Warzywa kroimy w duże kawałki.

Do rozgrzanego woka wrzucamy kurczaka i smażymy kilka minut, żeby się zarumienił, dodajemy pokrojone w paski warzywa, mieszamy kilka razy.

Dodajemy sos sojowy, imbir mielony i mieszamy. Następnie dodajemy odrobinę sosu ostrygowego, cukier oraz sok z limonki, gotujemy jeszcze 2 minuty, na koniec dodajemy uprażone orzechy nerkowca.

Do naczynia z ugotowanym ryżem dodajemy kardamon i mieszamy.

Kurczaka z warzywami i ryżem podajemy w głębokim talerzu lub misce.

Danie można również przygotować z użyciem tradycyjnych naczyń.

*WOK Zepter