Schab w sosie curry z mango

HALINA17

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

schab bez kości	60 dag
chili	1 strąk
kolendra	1 pęczek
oliwa	3 łyżki
sok z limonki	3 łyżeczki
mleko kokosowe	200 ml
bulion	250 ml
mango w plastrach	1 puszka
Liść laurowy suszony Prymat	1 sztuka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Sznycle schabowe opłukać zimną wodą,osuszyć ręcznikiem papierowym i przekroić na połówki.Strąki chili rozciąć,usunąć nasiona,umyć,osuszyć i posiekać.Mango osączyć.Kolendrę umyć,osuszyć i posiekać.Rozgrzać dobrze oliwę,przesmażyć 1-2 minuty z każdej strony.Następnie oprószyć solą,pieprzem,curry i zdjąć z patelni.Na tłuszczu po mięsie podsmażyć mango z listkiem laurowym.Dodać sok z limonki,curry,wlać mleko i bulion.Gotować 2 minuty.Wsypać kolendrę,przyprawić.Mięso polać sosem.Gotowe danie podawać z ryżem.