

kurczak po seczuansku



SYLWIACHMIEL



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

filety z kurczaka (podwójne)	0,5 kg
czosnek ząbki	3 szt
olej	3 łyżki
sos seczuanski	1/2 szkl
ryż	2 torebki
sól, pieprz	2 szczypty
cebula	2 szt
ketchup	0,5 szkl
Papryka ostra mielona Prymat	1 do smaku
papryka czerwona	1 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

cebule i czosnek kroimy w kostke.smażymy.
filety myjemy i kroimy w kostke.wrzucamy do cebuli i smazymy ok.10 minut do miekkosci.
z papryki,usuwamy nasiona,miazsz kroimy i dodajemydo miesa.doprawiamy sola,pieprzem i
papryka.smażymy ok.5 minut.wlewamy ketchup i sos .
gotujemy ryż.na ryżu układamy kurczaka w sosie.