

Indyk w słodko-pikantnym sosie



Autor: **Obserwator**
Przepisów: **591** Ocena: **11955**



3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 500 g piersi indyczej
- 3 łyżki sosu sojowego
- 1 łyżka ostrego sosu chilli
- szczypta pieprzu
- 4 krążki ananasa z puszki
- 4 połówki brzoskwiń z puszki
- 1 duża cebula
- 1 czerwona papryka
- 1 kostka bulionu drobiowego
- 1 łyżka mąki ziemniaczanej
- 1 łyżka chińskiej przyprawy do potraw
- 3 łyżki oleju
- grubo posiekany szczypior

Sposób przygotowania:

- 1 Umyte mięso pokroiłem na nieduże kawałki, zalałem sosem sojowym i chilli, dodałem zmielony pieprzem, dokładnie wszystko wymieszałem.
Owoce z puszki pokroiłem na mniejsze kawałki. Cebulę obrałem, pokroiłem na cienkie półplasterki. Paprykę umyłem, usunąłem z niej gniazda nasienne, pokroiłem w cienkie paski. Kostkę bulionową rozpuściłem w 250 ml wrzątku, wystudziłem, wymieszałem z mąką ziemniaczaną, doprawiłem chińską przyprawą.
Na rozgrzanym na dużej patelni usmażyłem mięso ok. 5-8 minut, mieszając. Dodałem paprykę, cebulę i mieszając smażyłem jeszcze 2-3 minuty na dużym ogniu.
Dodałem owoce, bulion i mieszając dusiłem 2 minuty od chwili zawrzenia.
Podałem z ugotowanym ryżem.

Twoje notatki do przepisu: