

Kurczak po chińsku

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 20 minut

Liczba porcji: 4

Czas gotowania: 15 minut

Przygotowanie :

1. **Przygotuj marynatę:** Do miski wsyp 1 łyżeczkę soli, 1 łyżeczkę posiekanej zielonej pietruszki, 1/2 łyżeczkę tymianku, dodaj szczyptę papryki, sok z cytryny, wymieszaj.
2. Pierś kurczaka umyj, osusz, pokrój na plastry lub w paski. Natrzyj mięso marynatą i odstaw na 1h.
3. **Przygotuj ciasto do obtoczenia mięsa:** Do czystej miski wsyp 1 szklanę mąki, 1/2 łyżeczkę soli, dodaj 1 jajko oraz 1/2 szklanki wody wymieszanej z 3/4 łyżeczki sody. Całość wymieszaj trzepaczką lub mikserem (ok.1 minutę), aby powstało jednolite ciasto.
4. Na patelni rozgrzać olej.
5. Plastry piersi z kurczaka obtocz w cieście i smaż (ok. 4-5 minut) na złoty kolor.
6. Ugotuj ryż z dodatkiem wegety.
7. **Przygotuj sos słodko-kwaśny:** Do garnka wlej 1,5 łyżki sosu sojowego (lub 1 łyżka maggi z 1 łyżką wody), dodaj 1,5 łyżki cukru kryształu, 1 łyżkę octu, 2 łyżki koncentratu pomidorowego, 1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej, 5 łyżek wody, szczyptę bazylii. Wszystkie składniki wymieszaj i zagotuj na wolnym ogniu. Gotowy sos przelej mięso lub podaj oddzielnie w sosjerce.
8. **Przygotuj surówkę:** Kapustę pekińską poszatkuj, pokrój 3 pomidory 1 cebulę, 1 jabłko. Wszystkie składniki wymieszaj, dopraw solą i pieprzem. Dodaj 1-2 łyżki majonezu i paprykę w proszku, wymieszaj.
9. Na talerze nałóż porcje ryżu, surówkę oraz mięso z sosem posypane sezamem.