

Čína Hawaii



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

903 kalorií , 0 g cukrů , 100 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Princeznall

Odkaz: <https://srecepty.cz/cina-hawaii>

Příprava

Vykostěná kuřecí stehna (nebo prsa, dle chuti a preference) nakrájíme na nudličky a marinujeme. Marinádu vytvoříme z trochy nálevu z ananasového kompotu, trošky oleje, špetky kari a sojové omáčky. Já používám dva druhy - sladkou hustou a klasickou slanou. Zatímco se maso marinuje, dáme si vařit rýži. Samozřejmě čím déle se maso marinuje, tím lépe, ale tato chvílka postačí. Zároveň necháme v jiné misce v trošce ananasové šťávy bobtnat rozinky. Rozpálíme pánev s kapkou oleje, maso orestujeme, lehce podlijeme (buď šťávou z ananasu nebo jen vodou), přidáme rozinky, ananas a cibuli pokrájenou na tenké "lodičky" a vše necháme chvílku podusit.

Ingredience

- ✓ 2 vykostěná kuřecí stehna
- ✓ špetka kari koření
- ✓ hrst rozinek
- ✓ 1 konzerva ananasu
- ✓ 3 lžičky sojové omáčky
- ✓ 1 cibule
- ✓ olej

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Exotika, Návštěva, Hlavní chod



Tip k receptu

Můžete přidat trošku česneku nebo pórek.

