

# Pikantní kuřecí čína se sojovým masem



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 45min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

671 kalorií , 9 g cukrů , 8 g tuků , 125 g bílkovin

Autor: beruska1986

Odkaz: <https://srecepty.cz/pikantni-kureci-cina-se-sojovym-masem>

## Příprava

Sojové maso (nejlépe kousky) uvaříme dle návodu uvedeného na sáčku, nejlépe společně se lžící vegety (nebo bujónu), která maso ochutí. Jakmile sojové maso změkne, scedíme jej, vymačkáme z něj přebytečnou vodu a vložíme do mísy. Přidáme na kostičky nakrájené kuřecí maso, sojovou omáčku, koření na Čínu a kečup. Kdo si troufá, může směs "přiostrit" nadrobno nakrájenou chilli papričkou. Směs osmahneme na pánvi se 3 lžičkami olivového oleje.

## Ingredience

- ✓ 0.5 kg kuřecích prsou
- ✓ 1 sáček sojového masa
- ✓ 5 lžic sojové omáčky
- ✓ 3 lžice kečupu
- ✓ 1-2 lžice kořenící směsi na čínu
- ✓ 1-2 chilli papričky
- ✓ 1 lžička Vegety
- ✓ 3 lžice olivového oleje

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Drůbež a králík, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

