

CURRY Z KURCZAKIEM

2 porcje **30 minut**

SKŁADNIKI:

- 1 pierś z kurczaka*
- 400 ml mleczka kokosowego
- 1 cebula
- pół marchewki
- pół papryki
- pół cukinii
- 1 łyżeczka przyprawy azjatyckiej
- 1 łyżka curry
- 1 łyżeczka czosnku granulowanego
- pół łyżeczki chilli
- kilka pomidorków koktajlowych
- pół papryki chilli
- olej
- sok z cytryny
- sezam i orzechy nerkowca do dekoracji
- sól i pieprz do smaku
- 200 g ryżu

*najlepiej zamarynowanego minimum pół godziny wcześniej w oliwie, przyprawie azjatyckiej i w przyprawie chilli

SPOSÓB WYKONANIA

1.Ugotuj ryż według instrukcji na opakowaniu.
2.Zamarynowanego kurczaka pokrój na mniejsze paski.
3.Cebulę pokrój w kostkę, a pozostałe warzywa w słupki.
4.Na oleju podsmaż kurczaka, a gdy będzie gotowy przełóż go do osobnego naczynia i na tej samej patelni podsmaż warzywa.
5.Wsyp wszystkie przyprawy: przyprawę azjatycką, chilli, czosnek granulowany oraz curry.
6.Dodaj kurczaka i wlej mleczko kokosowe. Gotuj na małym ogniu, aż utworzy się gęsty sos.
7.Pod koniec gotowania dodaj pokrojoną papryczkę chilli, przekrojone na pół pomidorki koktajlowe oraz sól i pieprz do smaku.
8. Gotowy sos curry podawaj z ryżem, posyp wszystko sezamem oraz orzechami nerkowca.

planteon
zasmakuj świata