

Szybki kurczak w sosie słodko-kwaśnym

Szybki kurczak w sosie słodko-kwaśnym

Aromatyczny kurczak w sosie słodko-kwaśnym to propozycja dla wszystkich, którzy cenią sobie orientalne smaki i szybkie przygotowanie posiłku. Soczyste kawałki podudzi kurczaka, chrupiąca papryka, cebula i słodki ananas tworzą harmonijne połączenie, które zachwyci podniebienie każdego domownika.

Dla kogo?

Danie idealne dla zabieganych osób, które nie chcą rezygnować z pełnowartościowego posiłku. Kurczak w sosie słodko-kwaśnym to również świetna propozycja dla rodzin z dziećmi – słodkawy smak sosu z pewnością przypadnie do gustu nawet najmłodszemu. Połączenie mięsa z warzywami i owocami sprawia, że jest to zbilansowany posiłek, który dostarcza niezbędnych składników odżywczych.

Na jaką okazję?

Sprawdzi się zarówno jako codzienny obiad, jak i jako danie na nieformalną kolację ze znajomymi. Podany z ryżem i posypany świeżym szczypiorkiem prezentuje się niezwykle apetycznie. To również doskonała propozycja na szybki lunch w pracy – wystarczy przygotować większą porcję wieczorem i zabrać ze sobą następnego dnia.

Czy wiesz o tym?

Sekret idealnego kurczaka w sosie słodko-kwaśnym tkwi w odpowiednim obtoczeniu mięsa w mące ziemniaczanej. Dzięki temu

kawałki kurczaka zyskują chrupiącą skórę, a sos lepiej przylega do mięsa. Ananas nie tylko dodaje słodczy, ale również zawiera enzymy, które sprawiają, że mięso staje się bardziej kruche i soczyste.

Dla urozmaicenia

Możesz wzbogacić danie o dodatkowe warzywa, takie jak marchewka czy cukinia. Dla ostrzejszej wersji dodaj świeżą papryczkę chili lub płatki chili. Jeśli lubisz bardziej wyraziste smaki, wzbogać potrawę o imbir i czosnek. Zamiast ryżu możesz podać kurczaka z makaronem ryżowym lub kaszą jaglaną.