

Ασιατική κουζίνα, Κοτόπουλο με γλυκόξινη σος.

Αναρτήθηκε απο τον/την INTERNET NEWS
Πέμπτη, 07 Δεκέμβριος 2017 10:21 -

Ασιατική κουζίνα,

Κοτόπουλο με γλυκόξινη σος.



Υλικά

- 1 κ.σ. ελαιόλαδο
- 400 γρ. φιλέτο κοτόπουλο κομμένο σε λεπτές λωρίδες
- 1 κρεμμύδι φιλοκομένο
- 1 καρότο κομμένο σε λεπτές φέτες
- 1 κόκκινη πιπεριά κομμένη σε μικρά τετραγωνάκια

Ασιατική κουζίνα, Κοτόπουλο με γλυκόξινη σος.

Αναρτήθηκε απο τον/την INTERNET NEWS
Πέμπτη, 07 Δεκέμβριος 2017 10:21 -

- 1 πράσινη πιπεριά κομμένη σε μικρά τετραγωνάκια
- 150 γρ. φέτες ανανά (κρατάμε 6 κ.σ. από το ζουμί)
- 1 κ.σ. σάλτσα σόγιας
- 2 κ.σ. άσπρο ξύδι
- αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

1. Ζεσταίνουμε το λάδι στο wok. Τσιγαρίζουμε το κοτόπουλο για 1-2 λεπτά.
2. Προσθέτουμε το κρεμμύδι, το καρότο και τις πιπεριές, ανακατεύουμε καλά και μαγειρεύουμε για 2-3 λεπτά, ανακατεύοντας συνεχώς.
3. Προσθέτουμε τον ανανά και το χυμό του, το ξύδι, τη σάλτσα σόγιας και το αλατοπίπερο και τα αφήνουμε να βράσουν. Χρειάζεται λίγη ώρα μόνο.
4. <http://www.typos.com.cy/cat/11/article/31377>