

Makaron ryżowy z kurczakiem w sosie Teriyaki

*Szybkie, zdrowe i jednopatełniowe danie, w którym się zakochasz!
Świetnie smakuje w połączeniu z miętą i pokropione limonką :)*

Składniki na 4 porcje:

- 400 g piersi z kurczaka
- 200 g makaronu ryżowego
- 1 duża cebula
- 1 łyżka kurkumy
- 1 łyżeczka startego imbiru
- 3 ząbki czosnku
- 1 papryka czerwona
- 1 papryka żółta
- 10-15 pieczarek pokrojonych w plasterki
- 1/2 puszki odsączonej kukurydzy
- świeżo pocięty szczypiorek
- pieprz, sól i tabasco

Marynata à la sos Teriyaki:

- 6 łyżek sosu sojowego
- 2 łyżki miodu (u mnie był to miód lipowy)
- 4 łyżeczki świeżo wyciśniętego soku z pomarańczy

Zaczynamy od wykonania marynaty. Sos sojowy, miód i sok z pomarańczy mieszamy ze sobą. Kurczaka osuszamy i kroimy na kawałeczki. Na kurczaka wylewamy wcześniej przygotowaną marynatę. Obtaczamy całego kurczaka w marynacie. Mięso w marynacie wkładamy do lodówki na około 1 godzinę.

Gotujemy makaron ryżowy zgodnie z informacją zamieszczoną na opakowaniu.

Siekamy cebulkę, czosnek. Na patelni wlewamy łyżkę oleju, następnie dodajemy kurkumę, imbir, cebulkę i czosnek. Smażymy przez około 1 minutkę. Papryki kroimy na kosteczki i dodajemy na patelnię wraz z pieczarkami, smażyjemy na średnim ogniu przez około 5 minut aż papryka i grzybki zaczną robić się miękkie. Wyjmujemy kurczaka z lodówki i wraz z sosem wrzucamy na patelnię, kurczaka smażyjemy przez około 3-4 minut aż białko całkowicie się zetnie (warzywa na patelni można troszkę przesunąć aby mięso stykało się bezpośrednio z patelnią). Gdy mięso jest już całkowicie wysmażone dodajemy kukurydzę i smażyjemy jeszcze przez jedną minutę przyprawiając całość pieprzem, tabasco do smaku oraz odrobiną soli.

Na patelnię dodajemy wcześniej ugotowany makaron ryżowy mieszając aż do połączenia ze składnikami znajdującymi się na patelni. Gdy makaron jest już dobrze wymieszany dodajemy poszatkowany szczypiorek i wszystko razem mieszamy. Przekładamy do małych miseczek a zamiast widelca posługujemy się pałeczkami. Przed konsumpcją potrawę można skropić świeżo wyciśniętym sokiem z cytryny lub limonki

Smacznego :)