Hawajski Kurczak

Orientalna propozycja podania kurczaka

Czas na High: 2-3H
Czas na Low: 4-6H
Ilość porcji: 3-5
Czas przygotowania: 20

Składniki



- 6 pozbawionych kości i skóry udek z kurczaka, przyciętych
- 1/4 szklanki mąki
- 1 450 g puszka ananasa, sok odlany
- 1/4 szklanki sosu sojowego
- 1 łyżka sosu Worcestershire
- 1/4 szklanki brązowego cukru
- 1 łyżka soku z cytryny
- 1 łyżka czosnku w proszku
- 1 łyżka tapioki
- 1 łyżka octu jabłkowego
- 1 zielona papryka, pokrojona w kostkę opcjonalnie
-
-

Wykonanie:

1. Obtocz udka z kurczaka w mące i umieść w wolnowarze.
2. Połącz 1/2 szklanki soku ananasowego, sos sojowy, sos Worcestershire, brązowy cukier, sok z cytryny, czosnek w proszku, tapiokę i ocet jabłkowy. Zalej kurczaka.
3. Na wierzchu kurczaka i sosu ułoż krążki ananasa.
4. Przykryj i gotuj na LOW przez 4-6 godzin. Dodaj do tego zielony pieprz i gotuj przez kolejne 30 minut na HIGH bez pokrywki.
5. Podawaj z ryżem.