

Kurczak Teryaki z brązowym ryżem z Crock-Pot Express

Kurczak Teryaki z brązowym ryżem z Crock-Pot Express

 Czas na High: 10 min

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: 15 min

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 6-8 udek z kurczaka bez skóry i kości
- 4 łyżki ciemnego sosu sojowego
- 4 łyżki mirinu
- 1 łyżka oleju sezamowego
- 2 łyżki cukru brązowego
- 1 łyżka drobno posiekanego imbiru
- 2 ząbki czosnku, drobno posiekane
- 250 g brązowego ryżu basmati
- ½ łyżki mąki kukurydzianej
- Nasiona sezamu
- Ulubione warzywa do podania
-



Wykonanie:

Umieścić sos sojowy, mirin, olej sezamowy, cukier, imbir i czosnek w średniej wielkości misce, dobrze wymieszać i dodać kurczaka, obtoczyć udka w sosie. Przykryć i marynować przez ok. 30 minut. Umieścić nieumyty brązowy ryż w wewnętrznym garnku multicookera i używając miarki, dodać 2 ½ zimnej wody. Zamknąć pokrywę i gotować na ustawieniu Ryż/Risotto przez 15 minut.

Po upływie tego czasu uwolnić ciśnienie. Przełożyć ryż do ciepłej miski i dodać marynowanego kurczaka i sos do miski multicookera.

Przykryć i gotować na Manual przez 10 minut, uwalniając parę ręcznie po zakończeniu czasu gotowania. Rozgrzać piekarnik do 200°C ten krok nie jest konieczny, ale nadaje kurczakowi lepkiej glazury i złoty kolor. Wyjmij kurczaka z garnka za pomocą łyżki cedzakowej połóż na odpowiedniej blasze do pieczenia.

Wybierz tryb sauté na Crockpot Express i podczas gdy sos zacznie bulgotać, wymieszać w trochę mąki kukurydzianej z wodą, aby go zagęścić.

Umieść kurczaka w gorącym piekarniku posmaruj go wcześniej sosem. Piecz przez 10 minut, aż pojawi się brązowa glazura.

Dodaj brązowy ryż do miseczek oraz swoje ulubione warzywa i kurczaka Teryaki. Posyp sezamem i dodaj resztę sosu.