Podudzia z kurczaka w sosie miodowo-sojowym

Powolne gotowanie miodowo-sojowych podudzi sprawia, że są wyjątkowo delikatne, a mięso samo odchodzi od kości.

Czas na High: 3H

Czas na Low: 6H

Ilość porcji: 3-5

Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1/2 szklanki sosu sojowego
- 1/3 szklanki miodu
- 1/3 szklanki bulionu z kurczaka
- 2 cm kawałek świeżego imbiru, drobno starty
- 2 ząbki czosnku, zmiażdżone
- 2 łyżeczki oleju sezamowego
- 8 udek z kurczaka
- 2 łyżeczki nasion sezamu, prażone
- Ryż biały długo ziarnisty gotowany na parze
- Cienko pokrojona zielona cebula, do podania
- Pokrojone czerwone chili, do podania
-

Wykonanie:

Połącz sos sojowy, miód, bulion, imbir, czosnek i olej w misce wolnowaru. Doprawić pieprzem.
Umieść kurczaka w wolnowarze. Obtoczyć w mieszance sosów. Przykryć. Gotować w trybie HIGH przez 3 godziny lub LOW przez 6 godzin, obracając podudzia w połowie gotowania.
Rozgrzej grill do wysokiej temperatury. Wyłóż dużą blachę do pieczenia folią. Ostrożnie przenieś kurczaka na przygotowaną blachę. Skrop odrobiną sosu. Grilluj przez 2 do 3 minut lub do momentu, aż kurczak zacznie się przypiekać, polewając dodatkowym sosem.
Posyp kurczaka sezamem. Podawaj z ryżem gotowanym na parze, zieloną cebulką, chili i dodatkowym sosem.