




Kurczak w mleku kokosowym

Przepis na kurczaka w orientalnym wydaniu. Danie można podać z ryżem jaśminowym i liśćmi sałat.

 Czas na High: 1 godzina 30 minut

 Ilość porcji: 3-5

 Czas na Low: -

 Czas przygotowania: 30

Składniki

- 400 g filetu z kurczaka
- 2 białe cebule
- Pęczek świeżej kolendry
- Puszka ok 300 ml mleka kokosowego
- 200 ml śmietany 20%
- Papryczka chilli
- Limonka
- 2 łyżki miodu gryczanego
- 50 ml oleju sezamowego
- 50 ml oleju słonecznikowego lub rzepakowego



Wykonanie:

Pokrojoną w pióra cebulę przesmaż na oleju rzepakowym lub słonecznikowym zmieszany z sezamowym. Dodaj pokrojonego w kostkę kurczaka, smaż około 10 min. Następnie - składniki przełóż do wolnowaru Crock-Pot, dodaj mleko kokosowe, chilli, limonkę i miód. Ustaw na poziom HIGH i gotuj przez 1,5 godziny. Pół godziny przed końcem dodaj śmietanę. Dopraw pieprzem i solą oraz posiekaną kolendrą.

Podawaj z ryżem jaśminowym i liśćmi sałat.