

Тайская индейка под соусом



Время приготовления: 40 min.

Степень сложности: Легкий

Ингредиенты (4)

Для этого рецепта мы использовали:

• Ингредиенты

- Мякоть томатов в кубиках 500g 100 г
- Большая красная луковица 1 шт.
- Большой красный сладкий перец 1 шт.
- Длинный рис 200 г
- Кунжут 1 чайная ложка
- Мед 1 ст.ложка
- Мука 1 ст.ложка
- Мясо курицы или индейки (лучше взять бедра без костей) 500 г
- Огурец 1 шт.
- Сладкий соевый соус 100 г
- Соль по вкусу



Приготовление

1. Мясо нарежьте на небольшие кусочки, обваляйте в муке и обжарьте небольшими порциями до золотистой корочки, отложите его на время.
2. На сковороде в масле обжарьте нарезанный лук, красный перец, нарезанный короткой соломкой огурец, добавьте к нему томатные кубики, соевый соус, мед, по желанию – красный острый перец.
3. Хорошо перемешайте овощи и тушите 5 минут.
4. Овощи должны стать мягкими, но не терять форму.
5. Добавьте курицу и кунжут.
6. Отварите рассыпчатый рис.
7. Выложите курицу в соус сверху и украсьте зеленью.