

Vyprážané kuracie mäso so sladkokyslou paprikovou omáčkou

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Kuracie mäso (prsia) nakrájame na nie príliš malé kúsky. V tanieri vyšľaháme 2 vajcia, soľ a korenie a na ďalší tanier vysypeme strúhanku zmiešanú so sezamovými semienkami. Kúsky kuracieho mäsa najskôr obalíme vo vajci a potom v strúhanke. Sladkokyslú omáčku si pripravíme tak, že v hrnčeku zmiešame všetky ingrediencie (voda, ocot, cukor, pretlak, múku). Zahrejeme na slabom plameni a po zhutnutí odstavíme a necháme vychladnúť. Papriku (3 ks) nakrájame na kúsky, ktoré vyprážime na oleji v panvici, vyberieme a necháme odkvapkať. Udržiavame ich v teple. Na panvici rozohrejeme dostatočné množstvo oleja, v ktorom dozlata vyprážime kúsky kuracieho mäsa. Vyberieme a položíme na kuchynský papier. Po chvíli ich zamiešame do papriky. Kura s paprikou preložíme na tanier a polejeme sladkokyslou omáčkou.

Ingrediencie

- **PROMIX®-UNI - univerzálna bezgluténová múka 1000 g** - 12 g
- **STRÚHANKA bezgluténová pečivová 350 g** - 150 g
- **Paradajkový pretlak 200 g** - 40 g
- **Paprika červená** - 300 g
- **Kuracie mäso** - 400 g
- **Pitná voda nesýtená** - 180 g
- **Cukor kryštál** - 80 g
- **Sezam** - 12 g
- **Olej repkový** - 30 g
- **Vajcia** - 100 g
- **Mleté čierne korenie** - 3 g
- **Ocot** - 90 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

