



Kuřecí stripsy s mangem a limetkou z Tanzánie



4 porce



30 minut

INGREDIENCE

- kuřecí prsa nakrájená na proužky (stripsy)
- olivový a slunečnicový olej
- středně velká cibule nakrájená na jemno
- 1 lžička čerstvého zázvoru
- 1/2 lžičky mletého sušeného zázvoru
- 1 zralé mango oloupané a nakrájené na kostičky
- kukuřičná mouka
- 375 ml kuřecího vývaru
- šťáva z limetky
- šťáva z 1/2 citronu
- čerstvá nasekaná petržel
- sůl a pepř

POZNÁMKY

Nepřeházejte to s citrónovou šťávou nebo bude omáčka moc kyslá.

PŘÍPRAVA

Kuřecí prsa nakrájíme na tzv. stripsy. Osolíme, opepříme a poprášíme mletým sušeným zázvorem. Pak každý proužek masa obalíme v kukuřičné mouce. Nakonec dáme do rozpáleného oleje a během pár minut opečeme z obou stran. Vyndáme na papírovou utěrku.

Střední cibulku nakrájíme najemno a na olivovém oleji pár minut opékáme než zesklivatí. Přidáme nastrohaný čerstvý zázvor a mango nakrájené na kostičky. Po pár minutkách přidáme kuřecí vývar a šťávu z limetky a půlky citronu.

Stripsy vložíme do omáčky a necháme cca 15 min lehce probublávat. Podle chuti osolíme a opepříme. Mezitím si uvaříme rýži a je to. Na závěr posypeme čerstvou nakrájenou petrželkou.