

# Kurczak Teryaki z ananasem



Autor: **codziennik\_kulinary**  
Przepisów: **109** Ocena: **1105**

1-2 os. 30 min łatwe tanie



## Składniki:

- 2 piersi z kurczaka
- listki sałaty
- kilka krążków cebuli
- kilka plasterków ogórka
- 6 plasterków ananasa
- sos Teryaki (patrz punkt 1)
- 1 łyżeczka papryki ostrej, 1 łyżeczka papryki sproszkowanej wędzonej, sól, pieprz
- 1 ząbek czosnku
- 4 chlebki pita
- opcjonalnie do podania: nasionka sezamu i posiekana kolendra

## Sposób przygotowania:

1 Zaczynamy od sosu Teryaki - możemy użyć kupny, ale możemy też przygotować sami. Składniki:

- pół szklanki sosu sojowego
- 2 łyżeczki octu ryżowego
- 1 łyżeczka oliwy z oliwek
- 1/4 szklanki brązowego cukru
- 1 łyżeczka miodu
- odrobina mileonego imbiru

Wszystkie składniki mieszamy - podgrzewamy w rądelku na wolym ogniu ok. 1-2 minuty. Pozostawiamy do wystygnięcia.

2 Piersi z kurczaka kroimy na kawałki. Obsypujemy solą, pieprzem, czosnkiem, papryką słodką i ostrą. Smażymy z obu stron do uzyskania złotego koloru ok. 7 minut, lub do momentu aż będą miękkie w środku i upieczone.

3 Na każdym chlebku pita układamy porcję sałaty 2 krążki ananasa, porcję kurczaka, cebuli. Polewamy odrobiną sosu Teryaki.

Smacznego!

Twoje notatki do przepisu: