

heute gibt es...

Limone Chili di pollo



Ingredienti: (Per 4 persone)

- 600g di petto di pollo
- 1 spicchio d'aglio
- 2 piccole cipolle
- 1 piccolo peperoncino
- 1 Biozitrone
- 1 cucchiaino di aceto bianco balsamico
- 2 TL Sambal Oelek
- 4 cucchiari di verdura
- 1 cucchiaino di zucchero
- 2 EL Olivenöl

Preparazione:

1. Sbucciare le cipolle e l'aglio. La cipolla a metà e tagliato a fette sottili e tritare finemente l'aglio.
2. il peperoncino - a condizione che non deve essere molto tagliente - core e tagliati ad anelli sottili.
3. Tagliare il petto di pollo a striscioline.
4. Calore ora in una padella l'olio, la cipolla, aggiungere l'aglio e peperoncino e soffriggere brevemente.
5. La carne è ora anche in padella e soffriggere a fuoco alto per breve tempo il calore da ogni lato.
6. Incorporate la scorza di limone al limone intero con il succo di mezzo un frutto.
7. Aggiungere gli altri ingredienti anche aggiungere, cuocere fino a quando tutti Mescolare bene e a fuoco medio per circa 10 minuti.
8. Infine, se necessario, la stagione con lo zucchero, il succo di limone e oelek sambal.

Questo si adatta meglio il riso.



