



HOVEDRET

Indbagte kyllingestykker i sur og sød sauce m. ris.

Ingredienser:

Antal personer: 4

600 gr. *Kyllingebryst*

100 gr. *Mel*

100 gr. *Majsmel*

1 stk. *Æg*

1 tsk. *Bagepulver*

½ - 1 *Øl*

1 ltr. *Olie*

Sauce: 2-3 stk. *Gulerødder*

1 stk. *Gul peber*

1 bdt. *Forårsløg*

½ gl. *Rød grillet peber*

* 1 kop *Eddike*

* 1 spsk. *Hvidvinseddike*

* 1 kop *Sukker*

* 1 spsk. *Brun farin*

* 1 kop *Tomatketchup (stærk)*

* 1 spsk. *Soja*

* 1 gl. *Bambusskud*

* ½ gl. *Syltet paprika*

* 1 stk. *Løg i tynde både*

* 1 bdt. *Forårsløg*

* 1 spsk. *Maizena (oprørt i lidt vand)*

* 1 ds. *Ananas (kun saften i starten)*

* ½ stk. *Citron (saften)*

2 ps. *Ris*



Fremgangsmåde: Rens gulerødderne, skær dem først i ca. 5 cm. stykker og derefter i stave, (som ikke for tykke pommes frites), pil løg og skær i tynde både, rens forårsløg og skær i skrå skiver på ca. 2 cm. Fjern frø og frøstol i den gule peber og skær den i strimler. Svits gulerødder i lidt olie i nogle minutter, kom løgbåde, peber og forårsløg ved og giv det hele et par minutter mere. Skær evt. paprikaen i mindre stykker. Kom alle de * mærkede ingredienser i en passende gryde og giv det et opkog. Efter nogle min. tilsættes gulerødder, begge peber og forårsløg. Smag til med krydderier efter din smag. Lad det simre et kvarters tid. Ananas stykkerne puttes i til sidst, så de ikke koger ud.

Afpuds kødet, skær spidserne af i ca. 1 cm. skiver, flæk resterende stykkerne og skær også dem i skiver, så det hele bliver til ensartede mundrette stykker.

Kom al melet i en skål og bland mel og bagepulver, tilsæt ½ tsk. salt og æg, rør sammen med øl i passende mængde så du får en »pandekagedej«, er der øl i overskud, tilfalder det kokken. 😊

Kom olie en gryde eller pande, varmes godt op, (prøv med en tandstik om den »kan syde«).

Dyp og vend så kødstykkerne i dejen og steg dem i olien (ikke for mange stykker ad gangen) til de er passende gyldne. Hiv dem op med en hulske, lad dem dryppe af og læg stykkerne på et fad med køkkenrulle, så det suger noget af fedtet. Opvarmes i ovnen om nødvendigt inden servering.

Ris tilberedes efter opskriften på æsken.

Servering: Saucen serveres i serveringspande, kødet på et fad og risen i en skål.