

KYLLING I SURSØD SOVS

En orientalsk ret, der har det hele: Saftig, marineret kylling, friske, farverige grøntsager og ikke mindst hjemmelavet sursød sovs. Retten er mættende, proteinrig og er, nærmest bogstaveligt talt, hældt over med smag. Kort sagt, den perfekte hverdagsret.

•

Til

- 400 g kylling i strimler
- 1 rød peberfrugt
- 1 squash
- 1 bdt forårsløg
- 300 g champignoner
- lidt olie
- 2 spsk østerssauce

Marinade

- 1 rød chili (hakket)
- 2 fed hvidløg (hakket)
- 3 spsk sojasauce
- 1 tsk Sambal Oelek
- $\frac{1}{2}$ dl olie

Sursød sovs

- 1 $\frac{1}{2}$ dl vand
- 2 dl eddike
- 3 spsk sukker
- 1 tsk Sambal Oelek
- 2 spsk tomatpuré

Bland alle ingredienserne til marinaden sammen. Læg kødet i marinaden og lad det trække i ca. 1 time i køleskabet.

Skær paprika og squash i strimler. Forårsløgene vaskes og skæres i skiver. Også champignonerne skæres i skiver.

Hæld lidt olie i en wok eller en dyb pande og varm det igennem før du tilbereder grøntsagerne, som skal steges i 3-4 minutter,

før de fjernes fra wokken. Steg kødet i wokken til det er gennemstegt. Så kan resten af grøntsagerne tilsættes igen sammen med østerssovs.

Bland ingredienserne til sursød sovs sammen og hæld det over kødet og grøntsagerne. Lad dette stå og stege sammen i nogen minutter inden servering.

Server retten sammen med ris eller nudler.

