




Ostro słodki kurczak z nutą pomarańczy

Ten przepis na kurczaka jest bardzo smaczny i łatwy w przygotowaniu. Słodko-ostry sos zawdzięcza swoją ostrość papryczce chipotle

 Czas na High: 0-

 Czas na Low: 3-4H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 2 połówki piersi kurczaka bez kości i skóry
- 1/4 łyżeczki soli
- szczypta pieprzu
- 1/4 szklanki bulionu z kurczaka
- 3 łyżki marmolady pomarańczowej
- 1-1/2 łyżeczki oleju rzepakowego
- 1-1/2 łyżeczki octu balsamicznego
- 1-1/2 łyżeczki mielonej papryki chipotle
- 1-1/2 łyżeczki miodu
- 1/2 łyżeczki chili w proszku
- 1/8 łyżeczki czosnku w proszku
- 2 łyżeczki skrobi kukurydzianej
- 1 łyżka zimnej wody
-



Wykonanie:

Posypać kurczaka solą i pieprzem. Przełożyć do wolnowaru. W małej misce wymieszać bulion, marmoladę, olej, ocet, papryczkę chipotle, miód, chili w proszku i czosnek w proszku połączyć kurczaka marynatą. Przykryć i gotować na LOW przez 3-4 godziny.

Wyjąć kurczaka na półmisek i trzymać w ciepłe. Umieścić sos z gotowania w małym rondelku doprowadzić do wrzenia. Połączyć skrobię kukurydzianą i wodę do uzyskania gładkiej konsystencji. Stopniowo wmieszać do rondla. Doprowadzić do wrzenia gotować i mieszać przez 2 minuty lub do zgęstnienia. Podawać z kurczakiem