




Skrzydółka z sezamem

Szybki i pyszny przepis na skrzydełka z wolnowaru.

 Czas na High: 1-2,5H

 Czas na Low: 3-4H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- 1,4 kg skrzydełek z kurczaka
- 2 łyżki stołowe skrobi kukurydzianej
- 1 łyżka nasion sezamu
- 2 łyżki posiekanych świeżych liści kolendry
-
- SOS
- ⅓ szklanki sosu sojowego
- ⅓ szklanki octu balsamicznego
- ⅓ szklanki brązowego cukru
- ¼ szklanki miodu
- 3 ząbki czosnku, rozdrobnione
- 1 łyżeczka srirachy lub więcej, do smaku
- 1 łyżeczka imbiru w proszku
- 1 łyżeczka mielonego pieprzu
- ½ łyżeczki cebuli w proszku
-



Wykonanie:

W dużej misce wymieszać sos sojowy, ocet balsamiczny, brązowy cukier, miód, czosnek, Sriracha, imbir w proszku, paprykę i cebulę w proszku.

Umieścić skrzydełka w wolnowarze. Wymieszać z sosem sojowym i przyprawami. Przykryć i gotuj na LOW przez 3-4 godziny lub na HIGH przez 1-2 godziny.

W małej misce wymieszać skrobię kukurydzianą i 2 łyżki wody. Wmieszać mieszankę do wolnowaru. Przykryć i gotuj na HIGH przez kolejne 10-15 minut lub do momentu, aż sos zgęstnieje.

Rozgrzej piekarnik. Wyłóż blachę do pieczenia folią.

Umieścić skrzydełka na przygotowanej blasze do pieczenia i piec przez 2-3 minuty lub do momentu skarmelizowania.

Podawaj od razu z pozostałym sosem, udekorowane nasionami sezamu i kolendrą.