



Пиле по азиатски с яхния от нахут

🕒 25—35 Минути 🍴🍴🍴

Подготовка

Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

400 g	Пилешки гърди
1	Лук
2	Скилигки чесън
1 стрък	Зелен лук
4 бр.	Моркови
1	Тиквичка, малка
1	Червена чушка
1	Консерва с нарязани домати
1	Консерва с нахут
Половин	Лимон
250 ml	Кокосово мляко
1 с.л.	Мед
1 с.л.	♦ Куркума, мляна
1 с.л.	♦ Червен пипер сладък, специален
Щипка	♦ Джинджирил, млян
Щипка	♦ Люто чили
Щипка	♦ Морска сол
	Соев сос
	Слънчогледово олио

- 1 Изплакнете пилешкото филе със студена вода, подсушете с кухненска хартия и нарежете на парчета с размер на хапка. Обелете и нарежете на ситно лука и чесъна. Нарежете бялата част на зеления лук на ситни кръгчета, а зелената на по-големи такива. Обелете и нарежете морковите. Нарежете тиквичките и чушката на малки парченца.
- 2 Загрейте 2 с.л. олио и запържете пилето, докато се запече добре. Посолете и сложете настрана.
- 3 Запържете лука, чесъна и морковите в същия тиган за около една минута. Добавете още малко олио, ако е необходимо. Добавете тиквичките и чушката и запържете за кратко.
- 4 Добавете подправките в тигана и запържете за няколко секунди. Използвайте консервата с домати, за да деглазирате тигана незабавно. Добавете сока от половин лимон и нахута и оставете да къкри около 10 минути.
- 5 Добавете кокосовото мляко и редуцирайте, докато сосът достигне желаната консистенция. Изсипете пилето в тигана и оставете да се маринова за кратко време. Подправете на вкус с меда и соевия сос.
- 6 Сипете яхнията от нахут в чинии, поръсете зелен лук отгоре и сервирайте.

