SKUHAJ.SI



Ananas s piščancem

Chef Maja Zajšek
Vrsta jedi: mesna jed
Čas priprave: do 45 minut
Količina 1
Zahtevnost: srednje lahek

NASLOV SKUPINE SESTAVIN (NPR. TESTO, KREMA, ...)

- 400 ml kokosovega mleka
- 4-5 meso pomaranče (od iztisnjenega soka)
- 450 g piščančji file
- 1 skodelica ananasa -kompot
- 1 mango (po želji

NAVODILA ZA PRIPRAVO

Pomaranče ožemite in iz lupin iztrgajte meso, ki gav skledi zmešate s kokosovim mlekom. Dodajte posoljeno na koščke narezano piščančje meso, narezane banane, ananasov kompot(BREZ SOKA!) in po želji koščke manga. Marinirajte 30 minut.

Meso in sadje vzemite iz sklede in jih dajte v pomaščeno ponev in meso popecite na obeh straneh. Zalijte z marinado in kuhajte še nekaj minut. Pazite, da se sadje preveč ne zmehča.
Pa dober tek !