



KULKI Z KURCZAKA W CIEŚCIE Z WARZYWAMI

Składniki na kurczaka w cieście:

- 2 odfiletowane piersi z kurczaka
- sól, pieprz, słodka papryka (do kurczaka)
- 1 łyżeczka *przyprawy bezglutenowej Balviten* (do kurczaka)
- 1 łyżeczka *sosu sojowego bezglutenowego TAMARI* (do kurczaka)
- 6 żółtek,
- 6 łyżek mąki *Mix C* z firmy *Dr. Schär*
- ¼ szklanki wody
- pieprz biały, słodka papryka (do ciasta)
- 1 łyżeczka *przyprawy bezglutenowej Balviten* (do ciasta)
- 1 łyżeczka *sosu sojowego bezglutenowego TAMARI* (do ciasta)
- 2 szklanki oleju do smażenia

Składniki na przystawkę z warzyw:

- 300 gram pieczarek pokrojonych w zapałki
- 1 puszka pędów bambusa pokrojonego w zapałki
- 2 białe cebule pokrojone w zapałki
- ½ kostki masła
- 1 łyżeczka *sosu sojowego bezglutenowego TAMARI*
- 1 łyżka *przyprawy bezglutenowej Balviten*
- ketchup bezglutenowy – *polecamy smakowy ketchup mango lub bananowy*

Wykonanie kurczaka w cieście:

- filety z kurczaka umyć, lekko rozbić i pokroić na kawałki o wymiarach mniej więcej 3 x 3 cm
- włożyć do miski posypać solą, pieprzem, papryką przyprawą oraz skropić sosem sojowym - odstawić do lodówki
- przygotować ciasto: wymieszać z mąką pieprz, paprykę i przyprawę, stopniowo wlewać wodę i dodawać żółtka
- całość bardzo dobrze wymieszać, aż ciasto osiągnie jednolitą, gęstą konsystencję
- rozgrzać olej na głębokiej patelni
- kawałki kurczaka zanurzyć w cieście, tak, aby mięso całe było pokryte warstwą ciasta
- wrzucić na rozgrzany olej i smażyć ze wszystkich stron na złoty kolor przez około 5 minut
- usmażone w cieście mięso ułożyć na papierowych ręcznikach w celu odsączenia zbędnych resztek oleju
- przełożyć do oddzielnego naczynia i trzymać w ciepłe dopóki nie usmażymy całości kurczaka w cieście

Wykonanie przystawki z warzyw:

- przystawkę wykonać najlepiej jeszcze przed smażeniem kawałków kurczaka
- pokrojone w zapałki pieczarki smażyć na suchej patelni, aż odparuje sok z pieczarek
- dodać masło, przyprawę, sos sojowy, cebulę i dokładnie odsączone pędy bambusa
- całość smażyć do momenty zeszklenia cebuli oraz zrumienienia pieczarek