



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Kyckling i sötsur sås med grönsaker, ananas och basmatiris

### Kyckling

Kycklingfilé 300 g  
Japansk sojasås 2 msk  
Majsstärkelse 1 msk  
Röd chili ½ st  
Rödlök 1 st  
Röd paprika 1 st  
Vitlök 1 klyfta  
🏠 Neutral olja

### Sötsur sås

Ananas 1 st  
Tomatpuré 1 förp  
Majsstärkelse 1 msk  
Kycklingbuljong ½ påse  
Japansk sojasås ½ msk  
🏠 Socker 1½ msk  
🏠 Rödvinvinäger 1½ msk  
🏠 Vatten 2 dl  
🏠 Salt

### Till servering

Basmatiris 135 g

1. Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.
2. **Kyckling:** Skär kycklingfilé i ca 2x2 cm stora bitar och lägg i en bunke. Blanda ner 1 tsk neutral olja, japansk sojasås och majsstärkelse.
3. **Sötsur sås:** Tärna ananas smått. Vispa ihop tomatpuré, socker, majsstärkelse, rödvinvinäger, vatten, kycklingbuljong och japansk sojasås i en kastrull. Tillsätt ananasen och koka upp under omrörning och sjud såsen ca 2 min. Om såsen verkar för tjock späd med lite extra vatten.
4. **Kyckling:** Finhacka röd chili. Skär rödlök och röd paprika i mindre bitar.
5. Hetta upp lite neutral olja i en rymlig stekpanna. Fräs paprika, lök, röd chili (efter egen smak) och pressad vitlök ca 3 min. Lägg upp på ett fat. Tillsätt ½ msk neutral olja till stekpannan och fräs kycklingen ca 5 min, tills den har fått fin färg och är helt genomstekt.
6. Tillsätt grönsakerna och slå över sötsur sås och låt koka upp. Smaka av med lite salt.
7. Servera kyckling i sötsur sås med basmatiris.