

Adobo csirke (Fülöp-szigetekről)

Hozzávalók:

6 db csirke felsőcomb filé	1 sárgarépa	4 evőkanál szójaszós	½ kávéskanál chili por
1 db csirkemell filé	1 csokor retek	2 evőkanál barnacukor / cukor	10 – 15 szem feketebors
1 fej vöröshagyma	3 evőkanál olaj	1 evőkanál ecet	6 – 8 db babérlevél
6 gerezd fokhagyma	4 evőkanál rizsecet	1 kávéskanál só	

Elkészítés:



A sárgarépát megpucoljuk, a retek végeit levágjuk, megmossuk, és vékonyan felszeleteljük. 2 dl vízben elkeverjük a sót, és az ecetet, meglocsoljuk a retket és a sárgarépát, és tálalásig félre tesszük.



Serpenyőt felhevítjük, beleöntjük az olajat, és a lecsepegtetett csirkedarabokat szépen minden oldalán lepirítjuk, hogy kapjon egy kis színt.



A csirkecombokat megformázzuk, és megtűzzük hústűvel, hogy henger alakú legyen. A csirke mellett félbevágjuk. Beletesszük egy tálba a babérlevelet, a 4 gerezd zúzott fokhagymát.



Kiszedjük a húsokat, és a felkockázott hagymát, és maradék fokhagymát, óvatosan megpároljuk a maradék zsíradeon.



Hozzáadjuk a szójaszószt, rizsecetet, és jól bedörzsöljük vele a húsokat. Lefedve hűtőbe tesszük, legalább 1 órára.



Felöntjük a megmaradt páclével, beletesszük a babérlevelet, chili port, és a feketeborsot. Hozzáadunk 2 dl vizet, összeforraljuk. A húsdarabokat fél órára vissza tesszük lefedve párolódni. Ha kell, a vizet pótoljuk, hogy a hús teljesen megpuhuljon. Végül jó sűrűre redukáljuk a szószt.



50 perc

Pihentetés: 1 óra

Egyszerű és nagyon finom!

Megéri az időt rászánni, hisz egy új étellel fog bővülni a családi menü. Ez biztos!

Párolt rizzsel érdemes tálalni, mert nem szabad a szószt a tányéron hagyni.

A marinált zöldségek pedig frissességet hoznak.