

## תבשיל עוף חמוץ מתוק



### רכיבים

- שוק עוף
- כפות קטשופ 750 גרם אסם
- כפות יין לבן
- כפות חומץ
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כפות דבש
- שיני שום כתושות

### הכנה

1. שמים את העופות בסיר ויוצקים עליהם את כל המצרכים.
2. מבשלים על אש נמוכה כ-60 דקות, מדי עשר דקות מערבבים היטב.
3. מעבירים את הסיר לתנור שחומם מראש ל-100 מעלות ל-20 דקות נוספות ומגישים. ניתן להשתמש בכנפי עוף במקום שוקי העוף, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.

90 דקות

4 servings 4