

נתחוני עוף ופלפלים מוקפצים



רכיבים

- 1/2 2/1 קילוגרם חזה עוף (חתוך לקוביות)
- חלמון
- כוס קורנפלור
- כפות מים
- 1/2 2/1 שקית אבקת אפיייה
- לפי הטעם מלח
- כוס שמן קנולה
- כפות קטשופ 750 גרם אסם
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כפות חומץ
- כף סוכר לבן
- כפות רוטב נוסח סצ'ואן 290 מ"ל
- כף קורנפלור מומסים יחד
- כפות שמן זית
- בצל פרוס לרצועות
- פלפל אדום חתוך לקוביות גסות
- פלפל ירוק חתוך לקוביות גסות
- פלפל אדום חריף פרוס לטבעות (אפשר לשחק עם הכמות בהתאם למידת החריפות האהובה)
- לפי הטעם פלפל שחור גרוס

הכנה

1. בקערה קטנה מקציפים את החלבון.
2. בקערה נוספת ממיסים את הקורנפלור עם מעט מים, מוסיפים מלח ופלפל לפי הטעם ואת אבקת האפיייה.
3. מוסיפים את החלבון המוקצף לקערה הנוספת.
4. טובלים את קוביות חזה העוף בטמפורה אחת, אחת ומטגנים בסיר עמוק עם שמן הקנולה.
5. בסיר קטן שמים את כל מרכיבי הרוטב, מביאים לרתיחה ומכבים.
6. מטגנים במחבת את הבצל עד לשקיפות מוסיפים את הפלפלים ואת קוביות חזה העוף. מערבבים ולבסוף מוסיפים את הרוטב.

30 דקות

4 servings 4