

# Thajské kuře s rýží (Khao Man Gai)

Celkový čas vaření **45 min.** 15 min. Doba přípravy **30 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

**4.368 kJ / 1.044 kcal**

Tuky: **22 g** Bílkoviny: **73,5 g**

Sacharidy: **129,5 g**

## INGREDIENCE

2 Porce

**2 polévkové** Kikkoman Pražený

**lžíce** sezamový olej

**30 g** červené cibule

**15 g** čerstvého zázvoru

**5 g** česneku

**300 g** rýže

**300 ml** vody

**1 polévková** Kikkoman Sójová omáčka

**lžíce** přirozeně fermentovaná

tekuté ochucovadlo

**3 špetky** černého pepře

**400 g** kuřecích prsou nebo stehen s kůží, zbavených přebytkého tuku

**3 polévkové** Kikkoman Teriyaki BBQ

**lžíce** omáčka na korejský

způsob

**2 čajové** rybí omáčky

**lžičky**

**1 čajová** limetkové šťávy

**lžička**

**1** jarní cibulka

**3** snítky koriandru

**1** okurka

**3** cherry rajčata

## POSTUP PŘÍPRAVY

**Krok 1**

**2 polévkové lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej

- **30 g** červené cibule - **15 g** čerstvého zázvoru - **5**

**g** česneku

Červenou cibuli a česnek nakrájejte na tenké plátky silné asi 1 mm. Zázvor nakrájejte na plátky silné asi 1 mm a poté na jemné nudličky. Do pánve přidejte Kikkoman Sezamový olej, červenou cibuli, zázvor a česnek. Restujte dozlatova. Poté stáhněte z ohně a přecedte přes sítko, aby se oddělil ochucený olej od smažené cibule, zázvoru a česneku. Obojí si odložte stranou.

**Krok 2**

**300 g** rýže

Rýži propláchněte a dobře scedte. Na pánvi rozehejte přecezený ochucený olej z kroku 1. Přidejte rýži a jemně ji restujte, dokud nebude lehce průsvitná, dávejte však pozor, aby se nepřipálila.

**Krok 3**

**300 ml** vody - **1 polévková lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté

ochucovadlo - **3 špetky** černého pepře - **400 g**

kuřecích prsou nebo stehen s kůží, zbavených přebytkého tuku

Rýži z kroku 2 přendejte do rýžovaru. Přidejte vodu a Kikkoman Sójovou omáčku a lehce promíchejte. Kuře dochutte černým pepřem a položte ho na rýži kůží nahoru. Vařte v režimu rychlého vaření.

**Krok 4**

**3 polévkové lžíce** Kikkoman Teriyaki BBQ omáčka na korejský způsob - **2 čajové lžičky** rybí omáčky -

**1 čajová lžička** limetkové šťávy - **1** jarní cibulka -  
**3** snítky koriandru

Oddělte lístky koriandru od stonků. Jarní cibulku a stonky koriandru nakrájejte najemno. Smíchejte je s Kikkoman Teriyaki BBQ omáčkou na korejský způsob, rybí omáčkou a limetkovou šťávou. Lístky koriandru si nechte stranou na ozdobu.

### **Krok 5**

**1** okurka - **3** cherry rajčata - Odložené lístky koriandru

Jakmile je rýže hotová, opatrně vyjměte kuře z rýžovaru. Rýži jemně načechejte stěrkou, poté zavřete víko a nechte ji 5 minut v režimu udržování teploty (Keep Warm). Kuře nechte 5 minut odpočinout a následně ho nakrájejte. Mezitím nakrájejte okurku na plátky a cherry rajčata rozpulte. Při servírování rozdělte rýži do misek, navrch položte nakrájené kuře a ozdobte smaženou cibulí, zázvorem, česnekem z kroku 1 a lístky koriandru. Podávejte s okurkou, rajčaty a omáčkou z kroku 4 zvlášť.