Kinesisk kylling i sursøt saus

Ingredienser



Innbakte, friterte kyllingbiter:
♥ 750 g kyllinglårfilet og/eller brystfilet
♥ 3 egg
♥ 2 dl maisenna
♥ 3 ts salt
♥ 1 ts malt pepper
- - - -
♥ 5 dl peanøttolje (eller annen frityrolje, se tips)

Sursøt saus:
♥ 2 løk (eller rødløk)
♥ 1 rød paprika
♥ 1 oransje paprika
♥ 1 gul paprika
♥ 2 ss rapsolje
♥ 2 små bokser hermetisk ananas
♥ 1 dl ananasjuice (fra ananasboksene)
♥ 1 dl sukker
♥ 1 dl brunt sukker (demerara sukker)
♥ 1 dl eplecidereddik
♥ 1 dl ketchup
♥ 2 ss soyasaus
♥ 1 ts hvitløkspulver
♥ 1 ts sennepspulver

♥ 2 ts maisenna
♥ 0,5 dl vann
♥ kvernet salt og pepper

Servering:
♥ kokt jasminris
♥ sesamfrø
♥ finhakket vårløk
♥ chiliflak (kan sløyfes)

Fremgangsmåte

Innbakte, frityrstekte kyllingbiter:
Finn frem kyllinglårfilet og/eller kyllingbrystfilet (jeg brukte en blanding). Skjær kyllingen i mindre biter (ca. 5 x 5 cm).

Visp sammen eggene i en bolle. Ha maisenna, salt og pepper i en annen bolle. Bland godt.

Varm oljen i en panne med høye kanter.

Ha kyllingbitene først i bollen med eggeblandingen. Vend deretter noen av kyllingbitene i maisennablandingen. Ta kyllingbitene ut av maisennablandingen og vend dem på nytt i eggeblandingen. Legg dem deretter forsiktig i den varme oljen. Ikke stek for mange kyllingbiter av gangen. Ha middels varme på platen, for kyllingbitene trenger 6 - 10 minutter i den varme oljen for å bli gjennomstekte. Bruk en stekepinsett til å snu på kyllingbitene et par ganger mens de steker.

Når kyllingbitene er gylne og gjennomstekte legges de på et brett dekket med kjøkkenpapir. Gjenta med resten av kyllingbitene, slik at de først vendes i eggeblanding, så i maisennablanding, og så på nytt i eggeblandingen, før de stekes i oljen.

Sursøt saus:
Kutt opp løk i striper og paprika i mellomstore biter. Ha dette i en panne med litt olje. Stek på middels varme i ca. 5 minutter, til løken blir blank og gyllen og paprikabitene begynner å bli møre.

Tilsett ananas i biter (spar på ananasjuicen fra hermetikkboksene).

Finn frem ingrediensene til sausen. Visp sammen ananasjuice, hvitt og brunt sukker, eplecidereddik, ketchup, soyasaus, hvitløkspulver og sennepspulver. Rør ut maisenna i litt kaldt vann og visp maisennavannet deretter inn i sausen. Smak til sausen med kvernet salt og pepper.

Hell sausen i pannen med grønnsakene og ananasen. Bland godt og vend deretter inn de friterte kyllingbitene.

Hvis du har en stekepanne som tåler å settes i stekeovnen, kan du dekke den til med aluminiumsfolie og sette den midt i ovnen ved 175°C i 10 minutter. Ta pannen ut av ovnen og vend rundt på kyllingbitene. Sett pannen tilbake i stekeovnen i 10 minutter til.

Alternativt kan du la stekepannen stå på kokeplaten med lokk på i ca. 15 minutter, slik at kyllingbitene blir helt gjennomvarme og trekker til seg den gode sausen.

Juster tykkelsen på sausen med litt ekstra vann dersom den blir for tykk.

Servering:
Server kylling i sursøt saus sammen med kokt jasminris.

Dryss over sesamfrø og finsnittet vårløk (og eventuelt chiliflak).

Tips

♥ Til frityrstekingen har jeg her brukt peanøttolje. Det er en olje som tåler høy temperatur ved frityrsteking veldig bra, og jeg synes oljen gir en smak som passer veldig godt til denne retten. En annen god olje å bruke til frityrsteking er avokadoolje. Både peanøttolje og avokadoolje er imidlertid nokså dyre produkter, og er på ingen måte nødvendig å bruke for å få et godt resultat. Det går kjempefint å bruke rapsolje, solsikkeolje eller annen nøytral matolje til frityrstekingen. Du kan eventuelt bruke noe peanøttolje og supplere med rapsolje.

♥ Det er meningen at sursøtsausen skal bli tykk og sticky, slik at den legger seg fint rundt de frityrstekte kyllingbitene. Dersom du imidlertid skulle synes at det er for lite saus etter at du har vendt inn kyllingbitene, kan du tilsette litt varmt vann for å spe ut sausen.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/kinesisk-kylling-i-sursot-saus