



## Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ananasem



### Składniki

- 3 piersi z kurczaka
- 1 czerwona papryka
- 1 cebula
- 1 puszka ananasów
- 2 pomidory
- 1 marchewka
- 1 puszka kukurydzy
- 1 łyżeczka octu
- 3 łyżki koncentratu pomidorowego
- sól, pieprz, cukier do smaku
- olej do smażenia

### Sposób przygotowania

Piersi z kurczaka pokroić w kostkę. Paprykę umyć, wyciąć gniazda nasienne, pokroić w kostkę. Cebulę obrać, pokroić w piórka. Pomidory umyć, pokroić w kostkę. Marchewkę obrać i również pokroić w kostkę. Kukurydze i ananasy odsączyć z zalewy. Na rozgrzanym oleju usmażyć piersi z kurczaka. Przyprawić solą i pieprzem. Następnie zdjąć z tłuszczu. Na tym samym oleju smażyć kolejno paprykę, cebulę i marchewkę. Następnie wszystkie składniki przełożyć na patelnię. Dodać pomidory, koncentrat pomidorowy i ocet i razem próżyć 5 minut. Można podlać 1 szklanką wody. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Na samym końcu dodać ananasy i kukurydzę. Dobrze razem wymieszać. Podawać z ryżem lub makaronem.