



Kurczak z warzywami w sosie sojowym

 Tylko z Natury

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 45 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

- pierś z kurczaka - 1 szt.
- kalafior - 1//2 szt.
- marchewka - 3 szt.
- pietruszka korzeń - 1 szt.
- fasolka szparagowa - 3-4 garść
- cebula - 2 szt.
- natka pietruszki - trochę
- sól morską - SKARBY OCEANU - do smaku
- pieprz czarny mielony - DARY NATURY -
- sos sojowy Shoyu - LIMA - 6-8 łyżka
- olej do smażenia - BIO PLANETE - 3 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso opłukać, pokroić w kostkę, przyprawić 4 łyżkami sosu sojowego, pozostawić w marynacie 25 minut. W tym czasie warzywa umyć, obrać, pokroić w mniejsze kawałki (cebulę w piórka). Rozgrzać na dużej patelni olej i na nim obsmażyć mięso. Następnie dodać warzywa, gdy będą al dente dodać pozostałą część sosu sojowego oraz 1/2 szklanki wody, przyprawić solą i pieprzem dusić ok. 5 minut. Przed podaniem posypać posiekaną natką pietruszki.