

אוכל זה טעים

בלזק למאוז'ע'י אכ'ח

חזה עוף בחלב קוקוס ובוטנים

מרכיבים

חזה עוף (פרפר) אחד, חתוך לקוביות
4-5 שיני שום קצוצות
פחית חלב קוקוס
חצי כף רוטב צ'ילי מתוק
כף וחצי רוטב צ'ילי בוטנים
2 כפיות סויה
חצי כפית שמן שומשום

לרוטב הצ'ילי-בוטנים:

כף חמאת בוטנים
2 כפות רוטב צ'ילי מתוק
2 כפות מים
1 כפית דבש

הכנה

מכינים את רוטב הצ'ילי-בוטנים: מערבבים היטב את כל חומרי הרוטב עד לקבלת תערובת אחידה. מחממים במחבת על אש גבוהה מעט שמן צמחי (לא זית!). כשהשמן חם מכניסים את השום ואת העוף ומקפיצים עד שהעוף מוכן מבחוץ והופך לבן. העוף לא צריך להיות מוכן עד הסוף מכיוון שהוא עוד ימשיך להתבשל ברוטב.

מוסיפים למחבת את חלב הקוקוס, הצ'ילי המתוק וכף מרוטב הצ'ילי-בוטנים. מביאים לרתיחה ומנמיכים את האש.

מבשלים על אש בינונית עד שהרוטב מצטמצם מעט. מוסיפים סויה ושמן שומשום וממשיכים לבשל עד שהרוטב והעוף מוכנים. כדי לדעת שהרוטב מוכן מבצעים את "מבחן הכף". טובלים כף ברוטב ומעבירים אצבע דרך הרוטב כך שנוצרים שני חלקים. אם הרוטב מוכן, שני החלקים ישארו בנפרד ולא יזלגו זה לזה.

כאשר העוף מוכן כל שנותר הוא לסדר יפה אורז על הצלחת, להניח מעליו עוף ולא פחות חשוב - רוטב, ולעטר בקצת בצל ירוק.

מתכון מהבלוג "אוכל זה טעים" – <http://zetaim.com>

רשיון שימוש ייחוס-שימוש לא מסחרי 2.5 ישראל by-nc-sa