



CIEŁĘCINA W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM Z BOCZNIAKAMI I MAKARONEM

ŁĄCZNY CZAS PRZYRZĄDZANIA: 60 MINUT – ŁĄCZNY CZAS GOTOWANIA: 30 MINUT

SPRZĘT

- 4-litrowe naczynie iCook z pokrywką
- wok iCook
- noże
- tarka do jarzyn

SKŁADNIKI

- 1 cebula
- 1 czerwona słodka papryka
- 1 żółta słodka papryka
- 300 g boczniaków
- 600 g polędwiczek cielęcych
- 250 g plasterów ananasa z puszki
- 1 ząbek czosnku
- 30 g świeżego imbiru
- 300 g makaronu ryżowego
- 100 ml oliwy extra virgin
- 50 g pokrojonych pomidorów
- 2 łyżki sosu sojowego
- sok z 1 cytryny

PRZYGOTOWANIE

1. Cut all the vegetables and mushrooms into strips, slice tPokrój warzywa i grzyby w paski, mięso na nieduże kawałki, a ananasa w kostkę (nie wylewaj syropu – przyda się do sosu). Zetrzyj czosnek i imbir.
2. Ugotuj makaron ryżowy w 4-litrowym naczyniu, przestrzegając instrukcji na opakowaniu, a następnie oplucz zimną wodą.
3. Rozgrzej oliwę w woku iCook, podsmaż cielęcinę przez 2–3 minuty, a następnie zdejmij z ognia i odstaw.
4. Podsmaż czosnek i imbir, a później grzyby i warzywa. Wsyp ananasa i gotuj przez 3–5 minut.
5. Dodaj pokrojone pomidory, sos sojowy i sok z cytryny, a następnie wymieszaj. Wlej odrobinę syropu z ananasa, aby uzyskać słodko-kwaśny smak.
6. Wrzuć mięso i makaron do warzyw, dokładnie wymieszaj i przełóż na talerz.

Rada Przedsiębiorcy Amway: Zanim zaprezentujesz to danie innym, spróbuj przygotować je w domu.
– Jeśli wcześniej przeciwiczyś gotowanie potrawy, znacznie łatwiej będzie Ci ją przyrządzić ponownie – podpowiada Przedsiębiorca Amway Cornel Robu.