



Состав:

(на 2 порции)

1 куриное филе (2 грудки)

1 крупный баклажан

1-2 щепотки сушеного имбиря

соль

Для соуса:

4 ст.л. соевого соуса

3 ст.л. бальзамического уксуса

1 ст.л. сахара (без горки)

1 ч.л. кукурузной муки

1 ст.л. кунжута

1-2 зубчика чеснока

черный молотый перец

Рецепт курицы с баклажанами в соевом соусе:

Баклажан промыть, нарезать колесиками толщиной 1 см, затем каждое колесико разрезать на 4-6 частей. Баклажаны поместить в холодную соленую воду на 20 минут.

Куриные грудки промыть, немного обсушить, нарезать тонкими полосками и обжарить в растительном масле в течение 6-7 минут, затем переложить в отдельное блюдо.

Слить воду, в которой были замочены баклажаны. Баклажаны обжарить на растительном масле в течение 7-9 минут, периодически помешивая, добавить сушеный имбирь и ранее обжаренную курицу, аккуратно перемешать.

Для приготовления соуса смешать соевый соус, бальзамический уксус, сахар, кукурузную муку, кунжут и все тщательно перемешать. Приготовленным соусом залить курицу с баклажанами, аккуратно перемешать и готовить еще 2-3 минуты (за это время, благодаря наличию кукурузной муки, соус немного загустеет). Чеснок очистить, мелко порубить, добавить к курице с баклажанами, накрыть сковородку крышкой и снять с огня.

Приятного аппетита!