

Image not found or type unknown



## Oppskrift

# Sursøt kyllinggryte

Image not found or type unknown



## 1

### Slik gjør du

Kok risen som anvist på pakken.

## 2

Ha alle ingrediensene til sausen i en kjele og kok opp under omrøring til sausen tykner.

## 3

Ta av skinnen på kyllingen og skjær kjøttet i passe store biter.

Varm olje i en wok eller stor stekepanne og tilsett grønnsakene. La grønnsakene bli nesten møre og ha i kyllingkjøttet. La alt bli varmt og hell over den sur-søte sausen. Kok opp og smak til med salt og pepper.

Det er sunt å kose seg!

Du kan gjerne bruke en pose ferdige wokgrønnsaker.

## Ingredienser

### Sursøt saus

Hønsebuljong	3 dl
Maizena	2 ss
Sukker	6 ss
Soyasaus	6 ss

## **Sursøt saus**

### **Resten av tilbehøret**

Eddik 3 ss

Tomatpurè 6 ss

### **Resten av tilbehøret**

Helgrillet kylling 1 stk

Olje

Rødløk 2 stk

Gulrøtter 4 stk

Brokkoli 1 stk

Hodekål 200 g

Aspargesbønner 200 g

Paprika 2 stk

## **Allergener**

- Gluten
- Soya
- Paprika