




# Chiftelute de pui in sos de ananas



## Ingrediente

Carne tocata de pasare - 500 de grame  
Delikat gust de Gaina - 2 lingurite  
PiperOua - 1 bucata  
Verdeata - 2 lingurite  
Amidon - 1 lingura  
Zahar brun - 1 lingura  
Compot ananas - 1 bucata  
Sos de soia - 3 linguri  
Otet balsamic - 1 lingura  
Orez fiert - 400 de grame

 45 de minute  4 portii  Mediu

## Mod de preparare

1. Intr-un vas punem ingredientele pentru chiftelute si framantam cu mana pana obtinem o compozitie omogena. Asezonam cu piper si Delikat.
2. Modelam chiftelute mici (daca sunt prea mari vor ramane crude la interior) si le punem intr-o tava pe care am tapetat-o cu hartie de copt. Dam la cuptor la foc potrivit pana ce se rumenesc putin .
3. Punem intr-o tigaie (de preferat wok) zeama de la compotul de ananas si zaharul brun. Cand s-a topit zaharul si a dat in clocot stingem cu amidonul amestecand continuu ca sa nu faca cocoloase. Dupa ce s-a dizolvat amidonul (fara a incepe sa se ingroase) adaugam chiftelutele si ananasul taiat cubulete. Adaugam sosul de soia, otetul balsamic si orezul si lasam pe foc pana ce sosul se caramelizeaza usor. Merge de minune cu orez.

*Pofta buna!*

Aceasta reteta provine do pe site-ul culinar Retetaperfecta.ro Gaseste-ne pe Facebook, la adresa: <https://www.facebook.com/retetaperfecta.ro>