

Orange Chicken



Friterad kyckling som serveras i en apelsinsås med ris, sesamfrö och salladslök, så enkelt och gott, en härlig asiatisk rätt man aldrig blir trött på. Med relativt enkla ingredienser kan man få till en välsmakande kinesiskt rätt hemma och behöver inte beställa den på restaurang. Jag fick tag i färdig delad kyckling som jag använde denna gången, storleken på bitarna skiftade rätt mycket och min tanke är att testa med filéer nästa gång som jag själv skär i lagom stora bitar. Receptet hittade jag i bloggen Elina & Mickes mat och rätten görs på apelsinsaft, jag har sett andra som görs på apelsinmarmelad för att få till konsistensen på såsen. I detta receptet kommer konsistensen på såsen av majsstärkelse och reducering. Enligt receptet ska friteringen göras i frityrolja, jag valde att använda rapsolja istället då jag inte hade någon annan olja.

600 gram kyckling

1 ägg

2 ½ dl vetemjöl

½ dl majsstärkelse

2 dl apelsinsaft från 2-3 apelsiner + zest från 1 apelsin

½ dl strösocker

2 msk risvinäger

1 ½ msk japansk soja

1 msk hackad färsk ingefära

1 msk hackad vitlök

1 tsk chili flakes

1-2 msk majsstärkelse + vatten

20 gram smör

Ris

Skivas salladslök

Sesamfrö

Skär kycklingen i cirka 2×2 cm stora bitar, vispa ägget i en skål, blanda vetemjöl och majsstärkelse i en annan skål och vänd först kycklingbitarna i ägg, sedan i paneringen och lägg de på ett fat.

Hetta upp fritureoljan till 180°, glöm inte ha ett grytlock redo om oljan blir för varm. Friterar kycklingen i omgångar tills kycklingen är helt klar (tar 2-3 minuter) och lägg de på ett galler eller en tallrik med hushållspapper. Friterar inte för många kycklingbitar samtidigt då de lätt fastnar i varandra och oljan sjunker för mycket i temperatur.

Riv zesten från 1 apelsin och ställ åt sidan, pressa 2 dl apelsinsaft i en skål. Tillsätt strösocker, risvinäger, ingefära, soja, vitlök och chiliflakes i skålen, rör om tills sockret har lösts upp. Hetta upp en panna med smör, häll i såsen och låt den koka upp. Blanda majsstärkelse med vatten och tillsätt såsen, låt sjuda tills såsen tjocknat. Häll i zesten och rör runt och häll sedan i kycklingen och vänd runt den så alla bitar blir helt täckta av såsen.

Hacka salladslök som dekorering tillsammans med sesamfrö.