

Состав:

на 2 порции

2 куриные грудки (350 - 400 г)

2-3 зубчика чеснока

1 ст.л. бальзамического уксуса

3 ст.л. соевого соуса

Рецепт куриных грудок в соевом соусе:

Куриные грудки промыть и нарезать тонкими (толщиной ½ - 1 см), но достаточно крупными кусочками размером примерно 2,5 х 3-4 см и выложить в миску.

Чеснок очистить от кожуры и мелко порубить. Чеснок добавить к нарезанным куриным грудкам и перемешать.

В отдельной пиале смешать соевый соус и бальзамический уксус с приготовленным маринадом залить куриные грудки, перемешать и оставить мариноваться на 10-15 минут.

Обжарить на растительном масле с двух сторон, чтобы куриные грудки подрумянились.

Приятного аппетита!