



Laventelihunajakanaa

TAIKINA:

4 annosta

500 g broilerinfileetä

$\frac{3}{4}$ dl Hunajainen [SAM Laventelihunajaa](#)

2 valkosipulinkynttä

2 cm pala tuoretta inkivääriä

2 cm pala tuoretta kurkumajuurta

2 rkl soijakastiketta

$\frac{1}{2}$ -1 punainen miesto chilipaprika

1 punainen paprika

1 nippu kevätsipulia

200 g miniluumutomaatteja

2 porkkanaa

$\frac{1}{2}$ l vettä + ripaus suolaa

100 g pikkuparsaa

3 rkl oliivi- tai avokadoöljyä

suolaa maun mukaan

mustapippuria maun mukaan

Pinnalle:

[Hunajainen SAM, Laventelihunajaa](#)

$\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ dl pinjansiemeniä

VALMISTUS:

1. Paloittele broilerinfileet reiluiksi suupaloiksi.
2. Sekoita joukkoon laventelihunajaa, hienonnettua valkosipulinkynttä, inkivääriä ja kurkumajuurta, sekä soijakastiketta. Kääntelevä ainekset sekaisin.
3. Hienonna chilipaprika, paloittelevä paprika ja silppua kevätsipuli.
Puolita halutessasi miniluumutomaatit tai käytä kokonaisina.
Kuori ja paloittelevä porkkanat viipaleiksi.
4. Kiehauta vesi ja mausta se suolalla. Lisää pikkuparsat hetkeksi veteen, keitä muutaman minuutin ajan ja valuta.
5. Kuumenna öljy ja paista hunajaiset broileripalat pannulla kauttaaltaan.
Lisää muut ainekset ja kääntelevä hetki kovalla lämmöllä.
6. Anna kiehua muutama minuutti, kunnes porkkanat ovat hieman kypsyneet, mutta niissä on vielä puruvastusta.
7. Mausta ruoka suolalla ja mustapippurilla.
Valuta pinnalle vielä laventelihunajaa.
8. Paahda pinjansiemenet kuumalla, kuivalla pannulla ja ripottele ruoan päälle.
9. Tarjoa seuraksi riisiä.