

Куриное филе – 500 г;

Куриные грудки «По-тайски»

Соевый соус – 4 ст. л;

Мед – 2 ст. л;

Растительное масло – по вкусу;

Чеснок – 4 зубчика;

Перец черный молотый – по вкусу;

Карри – по вкусу;

Молотый имбирь – по вкусу.

Куриные грудки тщательно промойте, нарежьте порционными кусочками.

Посолите их, приправьте черным молотый перцем, имбирем и карри. Добавьте соевый соус.

Чеснок выдавите с помощью чесночницы, добавьте к грудкам.

Тщательно перемешайте грудки со всеми приправами, оставьте мариноваться на 1 час.

На сковороде разогрейте растительное масло и добавьте мёд. Подождите, пока мёд растает, затем аккуратно перемешайте его с растительным маслом, чтобы он распределился по всей сковороде.

Выложите куриные грудки на сковороду и жарьте на медленном огне до золотистой корочки с двух сторон. В конце готовки посыпать горстью кунжутного семени, помешать, через пару минут снять с огня.