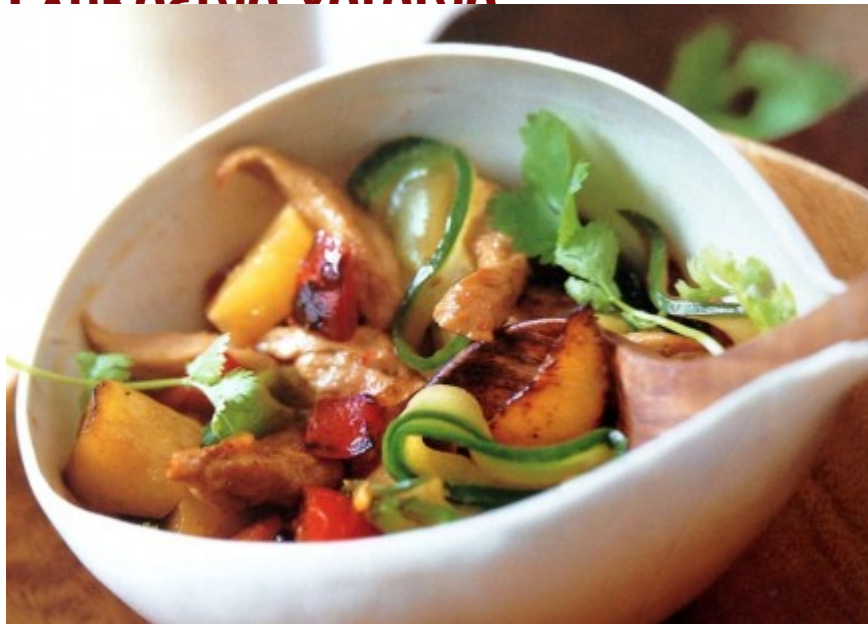


Γλυκόξινο χοιρινό



Υλικά

350 γρ. χοιρινό φιλέτο, χωρίς κόκκαλο
30 ml. ηλιέλαιο
4 σκελίδες σκόρδου ψιλοκομμένες
1 κρεμμύδι ξερό μικρό, ψιλοκομμένο
2 κ.σ. σάλτσα ψαριού
15 γρ. ζάχαρη
1 κόκκινη πιπεριά καθαρισμένη και κομμένη σε λεπτές λωρίδες
1 αγγούρι κομμένο σε λωρίδες
80 γρ. ντοματίνια κομμένα στη μέση
115 γρ. κομπόστα ανανά φέτες, κομμένες
2 κρεμμυδάκια φρέσκα ψιλοκομμένο και λίγο για το γαρνίρισμα
Φρεσκοτριμμένο πιπέρι κατά βούληση
φρέσκο κόλιανδρο για το γαρνίρισμα

Εκτέλεση

Βάζουμε για 30-40 λεπτά το χοιρινό στην κατάψυξη και στην συνέχεια με ένα κοφτερό μαχαίρι το κόβουμε σε λωρίδες.

Σε ένα γουόκ ζεσταίνουμε το λάδι και σοτάρουμε το σκόρδο σε μέτρια θερμοκρασία μέχρι να πάρει λίγο χρώμα. Προσθέτουμε το χοιρινό και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά και βάζουμε και το ξερό κρεμμύδι. Ανακατεύουμε και προσθέτουμε

την σάλτσα ψαριού, την ζάχαρη και πιπέρι. Μαγειρεύουμε για 3-4 λεπτά ακόμα.

Προσθέτουμε την κόκκινη πιπεριά, το αγγούρι, τις ντομάτες, τον ανανά και το φρέσκο κρεμμυδάκι. Μαγειρεύουμε για 3-4 λεπτά ακόμα και στην συνέχεια τοποθετούμε το φαγητό σε ένα μπολ. Γαρνίρουμε με κόλιανδρο, φρέσκο κρεμμυδάκι και σερβίρουμε.

Πηγές: cookbox.gr ikypros.com