

Bahan-bahan

400g isi ayam bahagian dada

1 cwn air

1/2inci halia dihiris

2 batang serai,dihiris(bahagian putih je)

2 sudu besar sos ikan

250g broccoli

5 biji putik jagung

sepeket kacang peas (snow peas)

1 biji capsicum merah,dihiris memanjang

3helai daun bawang dihiris memanjang

1/2 cwn sos cili thai

2 sudu besar honey atau 2 sudu besar gula melaka

2 sudu besar air limau nipis

2 sudu kecil parutan kulit limau nipis

1/4 cwn daun ketumbar,dihiris kasar

Cara-cara

Hiris nipis dada ayam

Masukkan air, halia, serai, dan sos ikan dalam periuk kecil dan didihkan seketika kemudian biarkan api sederhana dan kacau selama 5 minit

Campurkan isi ayam yang telah dihiris ke dalam periuk,dan masak selama 5 minit sambil dikacau.Toskan airnya dan biarkan isi ayam sejuk.Buangkan air yang ditoskan tadi

Didihkan air dalam periuk besar,dan masukkan broccoli,putik jagung,kacang peas,capsicum dan daun bawang selama 2 minit.Toskan cecepat dan rendamkan sayuran ini dalam air berais.Toskan lagi. Proses ini dipanggil blanching,supaya sayur kekal rangup.

Dalam mangkuk,satukan sos cili thai,honey,air limau nipis dan parutan kulit limau dan kacau sehati. Atur sayur dan ayam tadi dalam pinggan besar.Tuangkan sos dan gaulkan perlahan2.Hiaskan dengan hirisan daun ketumbar