

## Кисло-сладкая свинина с ананасами



На 100 грамм:  
Калорийность: **185.78 ккал.**  
Белки: **8.21 г.**  
Жиры: **3.78 г.**  
Углеводы: **27.84 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/kislo-sladkaya-svinina-s-ananasami/>

### Ингредиенты:

- постной свинины — 250 г
- ананаса — 125 г
- желтка — 1 шт
- муки — 3 ст. л
- крахмала — 4 ст. л
- сахара — 4 ст. л
- томатной пасты — 1 ст. л. с большой горкой
- уксуса (желательно рисового) — 4 ст. л
- растительного масла — для фритюра
- соли — по вкусу

### Приготовление:

Мясо и ананас нарезать на кубики приблизительно 2х2 см.  
Мясо смешать с желтком, хорошо перемешать.  
В другой емкости смешать муку с крахмалом и солью.  
Хорошо обмакать кубики мяса в этой смеси.  
В сковороду или кастрюлю с толстым дном налить масло и.  
Поставить на огонь.  
Когда масло прогреется до необходимой для жарки температуры,.  
Выложить по одному кубики мяса в панировке, жарить до карамельного.  
Оттенка, достать на салфетку.  
Для соуса необходимо смешать томатную пасту с сахаром и уксусом.  
Разогреть сковороду и влить соус, кипятить несколько минут.  
Добавить мясо и быстро перемешать, соус должен покрыть все мясные кубики.  
Добавить ананасы, перемешать и жарить еще минуту.

