
SMAŻONE KOTLETY Z KURCZAKA W SOSIE CYTRYNOWYM

Dodano: 2010-01-01 14:40:05

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1281 razy.

Kuchnia chińska

Duże całe piersi z kurczaka

1 1/2 łyżeczki soli

1 lekko roztrzepane jajo

mąka ziemniaczana

4 szklanki oleju

2 łyżki oleju

2 łyżeczki oleju sezamowego (dowolnie)

przyprawy:

małe cebule pokrajane w piórka

1 roztarty ząbek czosnku

sos cytrynowy:

sok z 1 1/2 cytryny

3/4 szklanki wody

1 rozkruszona mała kostka rosółowa (kurza)

1 łyżka sosu sojowego

2 łyżki cukru

1 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Kości usunąć z piersi kurczaka. Cztery połówki piersi położyć na desce skórą do dołu, lekko naciąć ukośnie co 1 i 1/2 cm w jedną stronę, powtórzyć ukośne cięcia w drugą stronę, natrzeć solą, odstawić. 4 szklanki oleju wlać do rondla, mocno rozgrzać na dużym ogniu, sprawdzić temperaturę. Mięso osuszyć, zanurzyć w jajku, obtoczyć w mące. Kłaść na gorący olej, smażyć na jasnozłoty kolor około 2 min. Wybrać łopatką do obracania kotletów, odstawić. Olej zestawić z ognia. Metalowym sitkiem usunąć zanieczyszczenia z powierzchni oleju. Olej rozgrzać, sprawdzić temperaturę, włożyć kotlety z kurczaka, smażyć na złoty kolor, wyjąć, osączyć z oleju, przełożyć na gorący półmisek. Patelnię podgrzać na dużym ogniu, wlać 2 łyżki oleju, rozgrzać, dodać cebulę i czosnek, mieszając smażyć do lekkiego zrumienienia, około minuty. Wlać zamieszany sos cytrynowy do aromatycznych warzyw, mieszając doprowadzić do zgęstnienia, w razie potrzeby doprawić cukrem lub sokiem z cytryny. Wlać olej sezamowy, zamieszać. P olać kotlety. Podawać natychmiast. Porcje: dla 4 osób - z ryżem i warzywami.

Uwaga! Kotlety z kurczaka można smażyć na 2-4 łyżkach rozgrzanego oleju na patelni, po 3 min z każdej strony.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD