

KURCZAK Z MIGDAŁAMI

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1248 razy.

Kuchnia chińska

całe duże piersi kurczaka

2 łyżki wody

1 szklanka oleju

6 łyżek oleju

8 średnich chińskich suszonych czarnych grzybów lub 8 pieczarek

1/2 średniej zielonej papryki

1/2 średniej czerwonej papryki

1/2 szklanki pędów bambusa lub marchewki pokrajanej w kostkę

3/4 szklanki migdałów lub orzechów włoskich

1 ząbek czosnku pokrajanego w pióra

2 cebule dymki pokrajane w 1 1/2 cm kawałki

1/2 łyżeczki soli

1 łyżeczka cukru

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

Przyprawy:

1/2 łyżeczki soli

1 łyżka sosu sojowego

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

1 białko

1 łyżeczka oleju sezamowego lub sojowego

1/2 łyżeczki cukru

szczypta pieprzu

2 łyżki mąki ziemniaczanej

Mięso kurczaka (bez kości i skóry) pokrajać w kostkę o boku 2 cm, przełożyć do miski, dodać 2 łyżki wody, wymieszać ręką, odstawić na 5 min. Przyprawy połączyć, dodać do mięsa, starannie wymieszać rękami, wlać 2 łyżki oleju, zamieszać, wstawić do lodówki na 1-2 godz. Suszone grzyby zalać szklanką gorącej wody, odstawić na 20 min, osączyć, odciąć trzonki. Kapelusze pokrajać w drobną kostkę. Oczyszczone pieczarki pokrajać w małą kostkę. Papryki (czerwoną można zastąpić zieloną) pokrajać w kostkę. Marchew obgotować minutę, odcedzić, przelać zimną wodą. Migdały zalać bardzo gorącą wodą, po minucie wypłukać zimną, palcami zetrzeć łupinki, każdy orzech rozdzielić na połówki, osuszyć. Włoskie orzechy zalać wrzątkiem na 1 min, osączyć, ponownie przepołować każdą część. Szklankę oleju wlać na gorącą patelnię i rozgrzać na dużym ogniu. Sprawdzić temperaturę po 2-4 min wrzucając kawałek cebuli dymki, gdy szybko zacznie się poruszać po powierzchni, można smażyć składniki. Wsypać suche orzechy, zamieszać 2-3 razy, zestawić z ognia, pozostawić aż orzechy nabiorą ciemnozłotego koloru. Wybrać łyżką cedzakową. Olej zlać z patelni.

Patelnię podgrzać na dużym ogniu, wlać łyżkę oleju, mocno rozgrzać, dodać czosnek, mieszając smażyć 10 sek. Włożyć mięso pokrajane w kostkę, mieszając szybkimi ruchami, smażyć aż utraci różowy kolor. Mięso przesunąć na jeden bok, patelnię przechylić w drugą stronę, gdzie zbierze się olej. Wybrać mięso. Olej na patelni (około 2 łyżek) mocno rozgrzać, wsypać pieczarki (suszone grzyby dodać z papryką), mieszając smażyć 1 1/2 min. Dodać pędy bambusa lub marchew, mieszając smażyć 30 sek, włożyć paprykę (i suszone grzyby), mieszając smażyć 30 sek, ciągle mieszając dodać cebulę dymkę, smażyć 30 sek, przyprawić solą i pieprzem. Przesmażone mięso kurczaka dodać do warzyw i grzybów, natychmiast wlać alkohol, mocno mieszając smażyć do wyparowania wódki lub wina. Przełożyć na gorący półmisek, posypać orzechami. Podawać natychmiast. Porcje: dla 4 osób - jako danie główne, z dodatkiem ryżu i gęstej zupy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD