

KURCZAK Z PIECZARKAMI

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1260 razy.

Kuchnia chińska

1 cała pierś kurczaka (około 45 dag)

5 łyżek oleju

1 łyżeczka oleju sezamowego (dowolnie)

10-15 dag małych pieczarek

1/4 szklanki marchewki pokrajanej w plasterki

4 łyżki zielonego groszku z puszki

1 rozgnieciony ząbek czosnku

1/2 łyżeczki soli

1 łyżka czystej wódki

Przyprawy:

2 łyżki wody

1/2 białka

1 łyżka mąki ziemniaczanej

1/2 łyżeczki soli

1 łyżeczka sosu sojowego

1 łyżka czystej wódki

szczypta pieprzu

1/4 łyżeczki cukru

Sos:

1/4 łyżeczki mąki ziemniaczanej

2 łyżki wody

2 łyżki rosółu kurzego, wywaru I lub wody

Kości i skórę usunąć z mięsa, pokrajać pierś na kawałki o wymiarach 3 x 6 cm, każdy pokrajać w cieniutkie plasterki. 1/2 białka roztrzepać z 2 łyżkami wody, włożyć plasterki mięsa, starannie wymieszać ręką, odstawić na 30 min. Dodać pozostałe składniki przypraw, dokładnie wymieszać. Wlać 2 łyżki oleju i łyżeczkę oleju sezamowego, mieszać aż olej pokryje każdy plasterek mięsa. Trzonki pieczarek ściąć równo przy kapeluszach, pokrajać w plasterki grubości 1/2 cm. Marchewkę wsypać do wrzącej wody, trzymać 30 sek. Odcedzić, przelać zimną wodą. Osączyć również groszek wyjęty z puszki. Składniki sosu wymieszać, odstawić. Patelnię rozgrzać na dużym ogniu, wlać 3 łyżki oleju, mocno rozgrzać, dodać czosnek, mieszając smażyć 10 sek, wybrać łyżką cedzakową. Włożyć mięso z kurczaka, natychmiast zestawić patelnię z ognia, mieszać szybkimi ruchami celem rozdzielenia sklejonnych plasterków. Mięso przesunąć na bok. Patelnię lekko przechylić, aby olej ściekł na drugą stronę. Łopatką do obracania kotletów podważyć przyklejone kawałki mięsa, osączyć nad patelnią, przełożyć do cedzaka. Patelnię z olejem postawić na dużym płomieniu, mocno rozgrzać, wsypać pieczarki (w razie potrzeby dodać trochę oleju), mieszając smażyć 30 sek, dodać marchew, smażyć 15 sek, przyprawić solą i pieprzem (w razie potrzeby pokropić łyżką wody), nie przerywając mieszania włożyć plasterki kurczaka i zielony groszek, wlać wódkę. Zamieszać sos, wlać do składników, ciągle mieszając smażyć do zgęstnienia. Podawać natychmiast. Porcje: dla 3-4 osób - jako danie główne, z ryżem, z dodatkiem gęstej zupy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD