
KURCZAK SMAŻONY Z CZOSNKIEM I OGÓRKIEM

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1235 razy.

Kuchnia chińska

20-30 dag piersi kurczaka

1 średni świeży ogórek

1 łyżeczka soli

pieprz do smaku

2 1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej

2 łyżki rosołu lub wody

1/2 białka

2 rozarte ząbki czosnku

1 łyżka smalcu

2 cebule dymki

3 łyżki oleju

2 plasterki świeżego imbiru lub łyżeczka imbiru w proszku

1/2 łyżeczki soli

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

1 łyżka sosu sojowego

1/2 łyżeczki oleju sezamowego (dowolnie)

1 łyżka wody

Mięso pokrajać w kostkę o boku 1 i 1/2 cm, posypać łyżeczką soli, pieprzem, łyżeczkami mąki ziemniaczanej, wlać białko, wymieszać ręką. Nieobrany ogórek pokrajać w 1 i 1/2 cm kostkę. Pozostałą mąkę ziemniaczaną połączyć z 2 łyżkami rosołu. Cebulę pokrajać w 5 cm kawałki. Olej wlać na gorącą patelnię, rozgrzać, dodać plasterki świeżego imbiru (imbir w proszku dodać z mięsem), mieszając smażyć przez 15 sek, wybrać łyżką cedzakową. Mięso włożyć do oleju w patelni (posypać imbirem w proszku), mieszając smażyć 45 sek, wybrać łyżką cedzakową, osączyć, odstawić, zmniejszyć płomień. Smalec dodać do oleju, w którym smażyło się mięso kurczaka, dołożyć czosnek, smażyć 15 sek na średnim ogniu nie przerywając mieszania. Wsypać pokrajane ogórki, posolić (1/2 łyżeczki) i posypać pieprzem, mieszając smażyć minutę, wlać wódkę i sos sojowy, dodać cebulę dymkę, zamieszać, włożyć mięso, mieszając smażyć minutę. Wlać mąkę ziemniaczaną rozprowadzoną rosołem i olej sezamowy, mieszając smażyć 15 sek. Podawać natychmiast. Proporcje: dla 4 osób - jako danie główne, z ryżem, z potrawą z warzyw lub zupą

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD