# Baranina po pekińsku

Dodano: 2010-01-01 14:43:40
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1461 razy.

Kuchnia chińska
1/4 kg baraniego udź ca lub combra pokrajanego w cienkie paski-
1/2 szklanki oleju jadalnego mały kawałek selera, drobno posiekany
1/2 szklanki świeżego lub mrożonego zielonego groszku
1/2 szklanki pieczarek pokrajanych w cienkie
plasterki
2 łyżki posiekanej dymki lub 3 łyżki szczypiorku
1 łyżka posiekanego świeżego korzenia imbiru lub 1 łyżeczka imbiru w proszku
1 roztarty ząbek czosnku
szczypta chlli lub ostrej papryki

Marynata:
1 łyżeczka soli
1 łyżka wytrawnego białego wina lub czystej wódki (dowolnie)
1 łyżka oleju jadalnego
szczypta glutasoli lub "Jarzynki" (Vegety)
1 jajo lekko roztrzepane
1 łyżka mąki ziemniaczanej

Sos :
2 łyżki sosu sojowego lub 2 łyżeczki przyprawy
maggi
1 łyżka wody
1 kopiasta łyżeczka cukru
1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej
1/2 szklanki wody

1. Do marynaty włożyć mięso, dokładnie wymieszać i odstawić pod przykryciem na 30 min.
2. Wymieszać składniki sosu, odstawić .
3. Mięso smażyć przez 2min., na mocno rozgrzanym oleju, stale mieszając.
4. Seler i groszek smażyć przez minutę przełożyć na talerzyk.
5. Z patelni odlać nadmiar oleju, dodać mięso, posypać chlli, mieszając smażyć przez minutę, przełożyć na talerzyk.
6. Dodać dymkę, imbir i czosnek, mieszając smażyć przez 30 sek. Włożyć mięso i groszek, wymieszać . Wlać sos, stale mieszając, podgrzewać , aż sos będzie gęsty.
7. Podawać natychmiast z ryżem ugotowanym na sypko lub z bułeczkami na parze MAN-TDU
Proporcje dla 2-3 osób

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD