
KOTLETY JAGNIĘCE PO KANTOŃSKU

Dodano: 2010-01-01 14:43:40

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1335 razy.

Kuchnia chińska

6 kotletów jagnięcych lub schabowych grubości 2 1/2 cm

3 szklanki oleju

5 cebulek dymek (tyko cebulki)

Marynata:

2 łyżeczki soku ze świeżego imbiru lub 1/2 łyżeczki imbiru w proszku

1 łyżka brandy lub winiaku

1 łyżeczka cukru

2 łyżki sosu sojowego

1 białko

2 łyżki mąki ziemniaczanej

1/4 łyżeczki pieprzu

2 łyżeczki oleju sezamowego lub sojowego

1/4 łyżeczki soli

Składniki marynaty wymieszać i odstawić. Od kotletów odciąć kości, mięso obrać z tłuszczu i błonki, pokrajać na 1 cm plastry w poprzek włókien. Lekko zbić. Połowę plasterków ułożyć na blasze, połączyć połową marynaty, ułożyć pozostałe mięso na wierzchu, zalać resztą marynaty. Wstawić do lodówki na 30 min. Cebulki przeciąć wzdłuż na pół, pokrajać w plasterki, rozdzielić. Olej wlać do garnka, postawić na dużym gazie, odczekać 5 minut, sprawdzić temperaturę. Włożyć połowę mięsa, smażyć na złoty kolor, wybrać łyżką cedzakową, pozostawić w cedzaku do osączenia. Smażyć pozostałą część mięsa, osączyć. Ułożyć na gorącym półmisku, przybrać cebulą. Podawać natychmiast.
Proporcje: dla 2-3 osób - z ryżem i warzywami

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD