Jajecznica z chrupiącymi szprotami

Dodano: 2010-01-01 15:19:54
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1570 razy.

Kuchnia chińska
1/4 kg świeżych szprotek
2 dymki pokrajane w 2 cm kawałki lub 1/2
pęczka szczypiorku grubo posiekanego
1/2 łyżeczki glutasoli lub przyprawy "Jarzynki" (Vegety)
1/2 łyżeczki soli
olej do głębokiego smażenia
2 łyżki smalcu
1 /2 łyżeczki imbiru
1 średnia cebula pokrajana w krążki
3 łyżki wytrawnego białego wina (dowolnie)

1. Rybki sprawić, wypłukać i dokładnie osuszyć.
2. W miseczce ubijać jaja przez 10 sek., dodać dymkę i dalej ubijać przez 5 sek., odstawić.
3. Na patelnię z mocno nagrzanym olejeni włożyć szproty i smażyć przez 3-4 min., aż będą chrupiące, osączyć z oleju.
4. Smalec rozgrzać na patelni, dodać imbir i cebulę, smażyć przez 30 sek., mieszając. Wyjąć cebulę łyżką cedzakową.
5. Wlać jaja, dokładnie rozprowadzić na patelni.
6. Usmażone rybki ułożyć na jaja, posypać solą, dokładnie wymieszać, zdjąć z ognia.
7. Gdy jaja się zetną wlać białe wino, lekko zamieszać i smażyć jeszcze przez 30 sek. (Czynność tę wykonać nawet, gdy nie dodaje się wina).
8. Podawać na gorącym talerzach z bułeczkami MAN-TDU - lub z białym pieczywem
Proporcje dla 3-4 osób

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