SMAŻONE OGÓRKI LUB CUKINIE

Dodano: 2010-01-01 17:16:04
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1266 razy.

Kuchnia chińska
duże świeże ogórki lub młode cukinie
1 łyżka oleju
1/2 łyżki roztartego czosnku
1 łyżeczka startego świeżego imbiru lub 1/2 łyżeczki imbiru w proszku
1/2 łyżki drobno posiekanej ostrej papryczki lub 1/2 łyżeczki chilli
1 łyżka sosu sojowego
1/4 łyżeczki cukru
1/4 łyżeczki soli

Ogórki obrać , przeciąć wzdłuż na pół, usunąć nasiona, podzielić wzdłuż każdą połówkę na 2 części, następnie pokrajać w cm kawałki. Cukinię nie obierać , nie usuwać nasion, pokrajać tak samo jak ogórki. Patelnię rozgrzać na dużym ogniu, wlać olej, rozgrzać , dodać czosnek, imbir i papryczkę (imbir w proszku i przyprawę chilli dodać z warzywem) mieszając smażyć 15 sek. Włożyć warzywa (imbir i chilli w proszku wsypać) mieszając smażyć minutę. Wlać sos sojowy, dodać cukier i sól, mieszając smażyć do miękkości około 1 1/2 min. Podawać natychmiast.
Proporcje: dla 4 osób - jako danie główne, z ryżem lub dla 6-8 osób na przystawkę

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