
SMAŻONE OGÓRKI LUB CUKINIE

Dodano: 2010-01-01 17:16:04

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1254 razy.

Kuchnia chińska

duże świeże ogórki lub młode cukinie

1 łyżka oleju

1/2 łyżki rozartego 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 1 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. Porcje: dla 4 osób - jako danie główne, z ryżem lub dla 6-8 osób na przystawkę

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD