
JARSKA SŁODKO-KWAŚNA POTRAWA

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1180 razy.

Kuchnia chińska

3 szklanki oleju

1 średnia świeża zielona papryka pokrajana w 2 1/2 cm kwadraty

1 szklanka łupanych orzechów włoskich

1/4 szklanki mąki ziemniaczanej

1/4 szklanki pszennej mąki

1 łyżka sosu sojowego

1 średnia marchew pokrajana w małe trójkąty

1 szklanka ananasów z kompotu

Słodko-kwaśny sos:

2 łyżki cukru

1/4 szklanki keczupu

4 łyżki octu (5%)

1 łyżka sosu sojowego

1/2 szklanki soku z kompotu z ananasów

1 łyżeczka rozartego czosnku

1 łyżeczka mąki ziemniaczanej rozprowadzona 2 łyżkami wody

Marchew gotować 5 min, osączyć , odstawić . Kawałki ananasa przeciąć w poprzek na pół. Składniki sosu wymieszać , odstawić . Patelnię postawić na średnim ogniu, wlać łyżkę oleju, rozgrzać , wsypać paprykę, mieszając smażyć minutę, paprykę przełożyć na talerz. Łyżkę oleju wlać na tę samą patelnię, rozgrzać , dodać czosnek, mieszając smażyć 10 sek., wlać zamieszany sos, ciągle mieszając gotować do zgęstnienia, odstawić . Pozostały olej wlać do rondla. Połówki orzecha wytrzeć zwilżoną ściereczką. Orzechy wsypać na rozgrzany olej, smażyć na jasnozłoty kolor, wybrać łyżką cedzakową, odstawić do wystudzenia. Rondel z olejem zestawić z ognia. W misce wymieszać mąkę pszenną i ziemniaczaną z 1/4 szklanki wody na jednolite ciasto. Rondel z olejem postawić na średnim gazie, odczekać 3 min, sprawdzić temperaturę. Orzechy zanurzyć w cieście, kłaść pojedynczo na gorący olej, smażyć na złoty kolor, wybrać , osączyć , przełożyć na salaterkę. Sos podgrzać , dodać paprykę, ananasy i marchew, mieszając trzymać na ogniu 15 sek, połać orzechy. Podawać natychmiast.

Proporcje: dla 4 osób - jako danie główne, z ryżem

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD