
FASZEROWANA KAPUSTA W SOSIE POMIDOROWYM

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1252 razy.

Kuchnia chińska

25 dag zmielonej wieprzowiny

1 kapusta pekińska lub mała włoska

1 marchewka

1 jajo

1 łyżka sosu sojowego

1 łyżeczka glutasoli, "Vegety" lub "Jarzynki"

4 łyżki keczupu

1 1/2 łyżki cukru

1 łyżeczka mąki ziemniaczanej rozprowadzonej łyżeczką wody

2 łyżki oleju

1 łyżka drobno posiekanej cebuli dymki

2 łyżeczki drobno posiekanego świeżego imbiru lub 1/2 łyżeczki imbiru w proszku

Liście kapusty pekińskiej oddzielić , sparzyć wrzącą wodą, osączyć , wystudzić , skroić zgrubienia liści. Główkę kapusty włoskiej obgotować po wycięciu głąba. Wyjąć na sitko, aby woda obciekła. Wybrać średnie liście, skroić zgrubienia, osuszyć ściereczką. Marchew oskrobać , wyplukać , pokrajać w drobną kostkę wielkości zielonego groszku, zalać wrzącą wodą, gotować 5 minut, odcedzić przelać zimną wodą, osączyć , wystudzić . Jajko wbić do mięsa, dodać sos sojowy, 1/2 łyżeczki soli, 1/4 łyżeczki glutasoli lub wybranej przyprawy, cebulę, imbir, marchewkę i mąkę ziemniaczaną rozprowadzoną wodą, dokładnie wymieszać . Na każdy liść nakładać łyżkę farszu, założyć boki, zwinąć w rulon. Ciasno ułożyć jedną warstwą w garnku. Olej wlać do patelni, rozgrzać na średnim ogniu, wlać keczup, zmniejszyć płomień, mieszając podgrzewać do połączenia składników. Wlać szklanekę wrzącej wody, zagotować , dodać 1/2 łyżeczki soli, cukier, 1/4 łyżeczki glutasoli lub substytutu, zamieszać , zalać gołąbki. Garnek z gołąbkami postawić na dużym ogniu, doprowadzić do zagotowania, zmniejszyć płomień, dusić pod przykryciem 15-20 min. Faszerowaną kapustę ostrożnie wyjąć , przełożyć na półmisek, pokrajać na 2-3 części, zalać gorącym sosem. Podawać .
Proporcje: dla 2-3 osób - jako danie główne, z ryżem

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD