
Smażone jarzyny po chińsku

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1028 razy.

Kuchnia chińska

1 i 1/2 szklanki zielonej fasoli pociętej w ukośne paski

1 marchew pokrajana w słupki

1/4 łyżeczki cukru

1/4 łyżeczki soli

1/2 szklanki pieczarek pokrajanych w paseczki

1 średnia cebula pokrajana w piórka

1 mały roztarty ząbek czosnku

2 łyżki oleju jadalnego

Sos:

1/2 szklanki wywaru z jarzyn

1 łyżka sosu sojowego lub 1 łyżeczka przyprawy maggi i 2 łyżeczki wody

1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej

2 łyżki białego wytrawnego wina

Składniki sosu wymieszać i odstawić. Fasolę i marchew gotować w małej ilości wody z soli i cukrem przez 5 min., odcedzić, zalać zimną wodą; odstawić na 5 min., osączyć. Mocno rozgrzać olej, pieczarki smażyć przez 2 min., stale mieszając, dodać cebulę i czosnek - smażyć następne 2 min., nie dopuszczając do zrumienienia. Włożyć fasolę i marchew, ciągle mieszając, smażyć przez 2 min. Sos zamieszać, wlać do jarzyn, gotować aż zgęstnieje, stale mieszając. Podawać natychmiast ze smażonym rytem lub ryżem ugotowanym na sypko.

Proporcje dla 2-3 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD