
SMAŻONA RYBA

Dodano: 2010-01-01 17:27:47

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1092 razy.

Kuchnia chińska

1/2 kg filetów rybnych

2 cebulki

mąka do obtoczenia

1 całe jajo i żółtko

1/4 szklanki oleju

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

Marynata:

1 białko

1 łyżka sosu sojowego

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

2 bardzo drobno posiekane plasterki świeżego imbiru lub 1 łyżeczka imbiru w proszku

szczypta pieprzu

2 łyżeczki oleju sezamowego lub sojowego

1/2 łyżeczki cukru

Sos przyprawowy:

1/3 szklanki wywaru I

2 łyżeczki sosu sojowego

1/4 łyżeczki soli

1 łyżeczka cukru

Całkiem rozmrożone filety opłukać , osuszyć , pokrajać w kawałki o rozmiarach 5 x 1 i 1/2 x 2 cm. Składniki marynaty połączyć , dodać rybę, starannie wymieszać ręką. Cebulki podzielić na 4 części, rozplaszczyc uderzeniem tłuczka, włożyć między rybę, przykryć , wstawić do lodówki na przynajmniej 1 godz. W misce wymieszać składniki sosu przyprawowego. Cebulę usunąć , rybę obtoczyć w mące, strzepnąć nadmiar, ułożyć w jednym rzędzie na tacy lub dużym talerzu. Roztrzepać jajo z żółtkiem. Dużą patelnię mocno rozgrzać , wlać 1 /4 szklanki oleju, rozgrzać , każdy kawałek ryby zanurzyć w jajku, kłaść na gorący olej. Lekko zrumienić z jednej, a potem z drugiej strony. Polać alkoholem rybę na patelni, dodać zamieszany sos przyprawowy, zmniejszyć płomień, przykryć , smażyć 1 minutę lub do wyparowania sosu.

Podawać natychmiast. Proporcje: dla 2-3 osób - jako danie główne, z dodatkiem ryżu, warzyw i czystej zupy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD