

PULPETY RYBNE SMAŻONE I DUSZONE

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1446 razy.

Kuchnia chińska

1 kg filetów z karpia, dorsza lub morszczuka

4 łyżki oleju

1 zielona papryka

3 wodne kasztany lub średnia marchewka pokrajana w plasterki

8 pieczarek

2 posiekane zębki czosnku

3 drobno posiekane plasterki świeżego korzenia imbiru lub 1 łyżeczka imbiru w proszku

1/3 szklanki kiełków fasoli lub zielona fasolka pokrajana w ukośne paski albo cienko poszatkowana

kapusta

olej do głębokiego smażenia

Przyprawy:

1 jajo

1 łyżeczka soli

2 łyżeczki oleju sezamowego lub sojowego

3 łyżki wody

świeżo zmielony pieprz do smaku

7 łyżeczka mąki ziemniaczanej

Sos przyprawowy:

2 łyżki keczupu

1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej

1/2 szklanki wywaru lub wody z łyżeczką maggi

1 łyżka czystej wódki lub wytrawnego białego wina

Marchew, pokrajaną w plasterki i zieloną fasolkę lub kapustę oddzielnie krótko obgotować, przelać zimną wodą, osączyć, odstawić. Mięso z ryby (bez skóry) zemeleć, ręką dokładnie wymieszać z przyprawami, wstawić do lodówki na 15 min. Z masy rybnej uformować kulki wielkości orzecha włoskiego. Wymieszać składniki sosu przyprawowego, odstawić. Paprykę i kasztany wodne (lub marchew) pokrajać w cienkie plasterki. Trzonki pieczarek odciąć, kapelusze pokrajać również w cienkie plasterki. Olej rozgrzać w głębokim garnku, sprawdzić temperaturę. Włożyć kawałek cebuli dymki, gdy zacznie się szybko poruszać po powierzchni i nabierze jasnobrunatnego koloru, można przystąpić do smażenia kulek. Kulki kłaść na gorący olej po kilka sztuk, smażyć na złoty kolor około 2 min, osączyć z oleju; po usmażeniu wszystkie włożyć do wrzątku, trzymać na małym ogniu minutę, odcedzić, osączyć, odstawić. 4 łyżki oleju wlać na gorącą patelnię, mocno rozgrzać na dużym ogniu (30 sek), włożyć czosnek, świeży imbir (imbir w proszku dodać razem z papryką), mieszając smażyć 15 sek, dodać pieczarki, smażyć minutę na dużym ogniu ciągle mieszając, wsypać wodne kasztany lub marchew, smażyć 30 sek stale mieszając dodać paprykę (i imbir w proszku), smażyć 15 sek, dodać kiełki fasoli, obgotowaną fasolkę lub kapustę - smażyć 30 sek. Nie przerywając mieszania dodać pulpety, osolic, wlać zamieszany sos przyprawowy, ostrożnie wymieszać, doprowadzić do zagotowania, zmniejszyć płomień, dusić 2 minuty. Podawać natychmiast. Porcje: dla 6-8 osób - jako danie główne, z ryżem, z potrawą z mięsa lub warzyw i zupą

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD