
OMLET PEKIŃSKI Z RYBĄ

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

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1129 razy.

Kuchnia chińska

45 dag soli lub szkarłatnicy

1 1/2 łyżeczki soli

pieprz do smaku

1 1/2 łyżeczki oleju sezamowego lub sojowego

3 cebule dymki

3 ząbki czosnku

5 roztrzepanych jaj

6 łyżek oleju

Sos:

6 łyżek wywaru I lub rosółu z kury

2 1/2 łyżki sosu sojowego

1 1/2 łyżki wytrawnego białego wina lub czystej wódki

Każdy filet podzielić na 3 części. Posypać solą i pieprzem, posmarować olejem. Szczypior z cebulek pokrajać na 4 cm kawałki, cebulkę w piórka. Czosnek rozetrzeć. Składniki sosu wlać do rondelka. Olej rozgrzać na patelni na dużym ogniu. Włożyć rybę i smażyć 45 sek. Zmniejszyć gaz na średni. Jajami zalać rybę, tak aby była nimi przykryta, smażyć 2 1/2 minuty, ostrożnie obrócić, smażyć 2 1/2 min. Dodać cebulę i czosnek, wlać połowę sosu, przykryć, zmniejszyć płomień, dusić na małym ogniu około 3 min. Przełożyć na gorący półmisek. Pozostały sos podgrzać, połączyć potrawę. Proporcje: dla 4-6 osób - jako danie główne, z ryżem, z dodatkiem zupy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD