
WIEPRZOWINA PIECZONA PO KANTOŃSKU

Dodano: 2010-01-01 17:37:35

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1234 razy.

Kuchnia chińska

1 1/2 kg schabu (karkówki)

1/2 szklanki miodu

2 łyżki oleju sezamowego lub sojowego

Marynata:

1/4 szklanki wytrawnego białego wina lub czystej wódki

2 rozarte ząbki czosnku

5 łyżek sosu sojowego

1 łyżka pasty sezamowej (dowolnie)

2 łyżki powideł śliwkowych

1 łyżeczka soli

1/2 łyżeczki "pięciu przypraw" lub cynamon

4 płaskie łyżki cukru

Mięso (bez kości) pokrajać w paski o wymiarach 3 x 3 x około 20 cm. Składniki marynaty ubić widelcem w misce, włożyć mięso. Wymieszać ręką, wstawić do lodówki na noc. Piekarnik rozgrzać do 190 °C. Wrzącą wodę wlać do tacy w piekarniku (woda nie może sięgać do ruszta leżącego na tacy). Mięso ułożyć na ruszcie w odstępach 5-6 cm. Piec 40 min. Mięso z rusztem i tacą wyjąć. Temperaturę w piekarniku zwiększyć do 220 °C. Zlać wodę zostawiając 6 łyżek, mięso posmarować miodem następnie poleć olejem, piec dalsze 10 min lub na ciemnozłoty kolor. Pieczeń pokroić w plasterki o grubości 1 cm, poleć sosem z tacy.

Proporcje: dla 6-8 osób - jako danie główne, z ryżem, z dodatkiem warzyw lub na 12-16 porcji na przyjęciu, kiedy podajemy inne potrawy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD