Wołowina z cebulą

Dodano: 2010-01-01 17:40:16
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1327 razy.

Kuchnia chińska
1/2 szklanki oleju jadalnego
15 dkg polędwicy wołowej lub zrazówki
2 średnie cebule pokrajane w piórka

Marynata:
szczypta soli pieprzu
białego wina (dowolnie)
1/2 łyżeczki proszku do pieczenia
1 małe jajo roztrzepane
1 i 1/2 i mąki ziemniaczanej
1 łyżka oleju

Sos:
1 1/2 łyżki sosu sojowego lub 1/2 łyżki przyprawy maggi i 1 łyżka wody
1 łyżka białego wytrawnego wina (dowolnie)
łyżeczka cukru
2/3 łyżeczki glutasoli (dowolnie)
1/2 łyżeczki mąki ziemniaczanej
1/2 szklanki rosołu lob wody

1. Mięso (częściowo zamrożone) pokrajane na bardzo cienkie paseczki.
2. Połączyć sól, pieprz, wino, proszek do pieczenia, glutasól i jajo, wszystko dokładnie wymieszać z mięsem. Dodać mąkę, wlać olej, dokładnie wymieszać .
3. Przygotować sos, odstawić .
4. Cebulę smażyć na mocno rozgrzanym oleju przez 2 min., nie dopuszczając do zrumienienia.
5. Dodać mięso, smażyć przez 2 min.
6. Przygotowany sos wlać do mięsa; gotować aż zgęstnieje, stale mieszając.
7. Podawać natychmiast z ryżem ugotowanym na sypko lub chińskimi bułeczkami gotowanymi na parze MAN-TOU.

Proporcje dla 2 - 3 osób

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD