

GULASZ CHIŃSKI

Dodano: 2010-01-01 17:40:16

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1328 razy.

Kuchnia chińska

1 1/4 kg rozbratła lub łopatki wołowej bez kości
1/2 kg malej cebuli
2 marchewki
1 gwiazdka anyżu,
1/4 łyżeczki anyżu lub włoskiego kopru
1/2 łyżeczki rozgniecionych ziarenek pieprzu
4 łyżki oleju
2 roztarte ząbki czosnku
4 plasterki świeżego imbiru lub łyżeczka imbiru w proszku
2 cebule dymki pokrajane w 3 cm kawałki
1/4 szklanki sosu sojowego
4 szklanki wywaru I lub wody
2 łyżki cukru
1/4 szklanki wytrawnego białego wina lub czystej wódki
1 łyżeczka mąki ziemniaczanej rozprowadzonej łyżką wody
2 łyżeczki oleju sezamowego (dowolnie)

Usunąć tłuszcz z mięsa, mięso pozostawić w jednym kawałku. Cebulę obrać (większe przeciąć na pół lub pokrajać w ćwiartki). Marchew pokrajać w grube plasterki, gotować min, odcedzić, osączyć, odstawić. Pieprz i anyż zawinąć w gazę (nie ciasno). Dwie łyżki oleju rozgrzać w garnku, wsypać cebulę, mieszając smażyć na złoty kolor, wybrać łyżką cedzakową, przełożyć na talerz. Włożyć mięso, zrumienić z obu stron, przełożyć do cedzaka, przelać wrzątkiem, aby usunąć olej. Garnek wymyć, osuszyć, wlać 2 łyżki oleju, rozgrzać na dużym ogniu, dodać czosnek, imbir i cebulę dymkę, mieszając smażyć minutę. Wlać sos sojowy, wywar lub wodę, dodać cukier i wino, zagotować, włożyć mięso i zawiniątko z przyprawami, doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć płomień, przykryć, gotować około 1 1/2 godz. lub do miękkości mięsa. Wybrać mięso, odstawić, zebrać tłuszcz z sosu, dodać cebulę i marchew, gotować na średnim ogniu 15 min. Powinna pozostać tylko szklanka sosu (w razie potrzeby gotować na dużym ogniu aż do wyparowania części płynu lub dodać gorącej wody). Mięso pokrajać w 3 cm kostkę, włożyć do garnka z warzywami, wlać rozprowadzoną mąkę ziemniaczaną, mieszając doprowadzić do zagotowania. Skropić olejem sezamowym. Podawać na gorąco. Proporcje: dla 4-6 osób - jako danie główne, z ryżem, z dodatkiem zupy

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD