Kurczak duszony

Dodano: 2000-01-01 00:00:00
Język: Polski
Odwiedzono: 3357 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 40 min.

500 g kurczaka,

6 lisci kapusty pekinskiej lub duzej wloskiej,

2 lyzki maki,

1 filizanka bulionu z ryby,

4 lyzki sosu sojowego,

4 lyzki mirinu (biale wino wytrawne),

1 lyzka cukru,

1/2 lyzki pasty wasabi (przepis w rozdziale "ogolne").

1. Mieso kurczaka oddzielic od kosci, zdjac skore, pokroic na kawalki wielkosci

jednego kesa, lekko oproszyc maka.

2. Oddzielic liscie kapusty, wrzucic je do duzej ilosci zagotowanej, lekko osolonej wody, obgotowac przez 3-4 min., osaczyc, kazdy lisc pokroic: najpierw

na 3 podluzne, a potem 7 poprzecznych kawalkow, wrzucic do garnka.

3. W innym naczyniu wymieszac bulion z ryby, sos sojowy, mirin i cukier, zagotowac, zmniejszyc ogien i gotowac przez 2 min., wylac 2/3 tego plynu na kapuste, zagotowac, zmniejszyc ogien, gotowac przez 10 min.

4. Pozostala 1/3 plynu zagotowac, wlozyc mieso, doprowadzic do wrzenia, zmniejszyc ogien na bardzo maly, gotowac az do niemal calkowitego odparowania plynu (ok. 8-10 min.).

5. W glebszych czarkach lub talerzykach ulozyc dekoracyjnie liscie kapusty, na

nich - tez dekoracyjnie - kawalki kurczaka, polac reszta wywaru z kapusty.

6. Osobno podac na malutkich talerzykach odrobine pasty wasabi oraz ryz w czarkach.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 8 "Kuchnia japońska", strona 72.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)