
Kurczak duszony

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3446 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 40 min.

500 g kurczaka,

6 lisci kapusty pekińskiej lub dużej włoskiej,

2 łyżki maki,

1 filiżanka bulionu z ryby,

4 łyżki sosu sojowego,

4 łyżki mirinu (białe wino wytrawne),

1 łyżka cukru,

1/2 łyżki pasty wasabi (przepis w rozdziale "ogólne").

1. Mieso kurczaka oddzielić od kości, zdjąć skórę, pokroić na kawałki wielkości

jednego kesa, lekko oproszyć maki.

2. Oddzielić liście kapusty, wrzucić je do dużej ilości zagotowanej, lekko osolonej wody, obgotować przez 3-4 min., osaczyć, każdy liść pokroić: najpierw

na 3 podłużne, a potem 7 poprzecznych kawałków, wrzucić do garnka.

3. W innym naczyniu wymieszać bulion z ryby, sos sojowy, mirin i cukier, zagotować, zmniejszyć ogień i gotować przez 2 min., wylać 2/3 tego płynu na kapustę, zagotować, zmniejszyć ogień, gotować przez 10 min.

4. Pozostała 1/3 płynu zagotować, włożyć mięso, doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć ogień na bardzo mały, gotować aż do niemal całkowitego odparowania płynu (ok. 8-10 min.).

5. W głębszych czarkach lub talerzykach ułożyć dekoracyjnie liście kapusty, na

nich - też dekoracyjnie - kawałki kurczaka, polać resztą wywaru z kapusty.

6. Osobno podać na małych talerzykach odrobinę pasty wasabi oraz ryż w czarkach.

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

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