
Soja z pieczarkami

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1745 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 3 godz.

150 g soi (moczonej przez noc),

400 g pieczarek,

lyzka oleju,

2 marchewki,

1 duzy seler,

1 kalarepka,

1 peczek dymki,

1 pietruszka (korzen),

1 zabek czosnku,

1 lyzka sosu sojowego,

1 lyzka bialego wytrawnego wina,

1 lyzeczka mielonego imbiru,

1/4 lyzeczki mielonej papryki,

350 ml wywaru z gotowanej soi,

1 lyzka maki kartoflanej,

sol, pieprz,

1 lyzka pokrojonego szczypiorku do przybrania.

1. Namoczona soje odcedzic, wlozyc do garnka, zalac duza iloscia swiezej wody, gotowac bez przykrycia 1 godz. Zmniejszyc ogien, przykryc, gotowac, az soja bedzie miękka (ok. 2 godz). Ugotowana soje odcedzic. Zachowac 350 ml wywaru.

2. Jarzyny i pieczarki obrac, oplukac. Kalarepke, pietruszke, marchewke i seler pokroic w slupki wielkosc zapalki. Dymke pokroic na male kawalki. Czosnek obrac, rozetrzec z odrobina soli.

3. W duzym garnku rozgrzac olej, wsypac imbir i papryke, wlozyc czosnek. Smazyc 2 min. Dodac pokrojone pieczarki i jarzyny, smazyc 5 min. Dodac ugotowana soje. Wlac wywar wymieszany z maka kartoflana, winem i sosem sojowym. Dusic na malym ogniu ok. 10 min. Doprawic sola i pieprzem. Posypac szczypiorkiem i od razu podawac ze smazonymi kartoflami i salatka z pomidorow.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 41 "Kuchnia wegetariańska", strona 44.

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