
Warzywa chop-suey

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1840 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 30 min.

1 sredni kawalek imbiru lub lyzka imbiru w proszku,

2 male cebulki,

3 zabki czosnku,

1 papryka zielona, 1 papryka czerwona,

2 marchewki,

2 galazki selera naciowego,

100 g fasolki szparagowej,

80 g kalafiora,

1 mala ostra, czerwona papryczka (piment),

2 lyzki bulionu z kury,

2 lyzki sosu sojowego,

2 lyzki sherry,

1 lyzka soku cytrynowego,

1 lyzeczka oleju sezamowego,

sol, olej do smazenia.

1. Cebulki obrac, umyc i pokroic w plátky. Imbir i czosnek obrac i drobno posiekac. Papryki umyc, wypestkowac i pokroic w cienkie paski. Lodyge selera

umyc i pokroic w kostke. Fasolke oplukac, pokroic w niewielkie kawalki.

Marchewki obrac umyc i pokroic w cienkie plasterki. Umyty kalafior podzielic na male bukieciki. Piment umyc, wypestkowac i drobno posiekac.

2. Na duzej patelni, na silnie rozgrzanym oleju przesmazyc, ciagle mieszajac,

przez ok. 30 sek., imbir, czosnek i cebulki.

3. Dodac pozostale warzywa. Wymieszac starannie i smazyc na silnym ogniu, nie

przestajac mieszac, przez dalsze 3 min.

4. Dodac bulion, sos sojowy i sherry. Smazyc, ciagle mieszajac, kolejne 2 min.

5. Skropic sokiem z cytryny, olejem sezamowym, osolic i starannie wymieszac.

Podawac natychmiast, bardzo gorace.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 1 "Kuchnia chińska", strona 42.

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

