
Schab z papryka

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

Język: Polski

Odwiedzono: 3684 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 50 min.

500 g schabu bez kosci,

1 cebula,

1 papryka zielona,

1 papryka czerwona,

olej do smazenia.

Marynata:

bialko z 1 jaja,

2 lyzki maki ziemniaczanej,

3 lyzki sosu sojowego,

1 lyzka wodka.

Sos:

1 lyzka maki ziemniaczanej,

2 lyzki cukru,

szczypta chili,

1/2 lyzeczki soli,

3 lyzki wody.

1. Schab oplukac, osuszyc, oczyszcic z nadmiaru tluszczu, pokroic w plastry grubosci 1,5 cm., a nastepnie w podluzne kawalki o dlugosci ok. 3-4 cm.

2. Polaczyc i wymieszac ze soba wszystkie skladniki marynaty. Zalac nia mieso,

wymieszac i odstawic na 30 min.

3. Cebule obrac i pokroic w kostke. Papryki umyc, wypestkowac i pokroic w prostokaty wielkosci kawalkow miesa.

4. Polaczyc ze soba i dokladnie wymieszac wszystkie skladniki sosu.

5. Zamarynowane kawalki miesa smazyc na silnie rozgrzanym oleju, ciagle mieszajac, przez 3 min.

Wyjac i osaczyc nad patelnia. Na tym samym tluszczu, obsmazyc przez 1 min., ciagle mieszajac, cebule i papryki. Wyjac i osaczyc.

6. Na patelni pozostawic ok. 1/2 lyzki oleju. Dodac ponownie podsmazone papryki

i cebule, wlac sos i pogrzewac, ciagle mieszajac, az do zgestnienia sosu.

Dodac mieso, dokladnie wymieszac i trzymac na ogniu jeszcze przez 1,5 min.

7. Podawac gorace.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 1 "Kuchnia chińska", strona 64.

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