
Sukiyaki

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2283 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 1 godz. 45 min.

750 g dobrej wolowiny,

12 prawdziwkow namoczonych uprzednio i oczyszczonych,

1 lyzka (1 kawalek) tluszczu wolowego,

4 srednie pory,

1/2 glowki kapusty pekińskiej lub 1 glowka zwyklej lub wloskiej

2 papryki (zielone lub czerwone),

250 g tofu (sfermentowana miazga soi),

1 paczka makaronu sojowego lub nitek, ugotowanego i osaczonego.

Sos:

1 mala filizanka bulionu z ryby,

1/2 malej filizanki sosu sojowego,

1/2 filizanki mirinu (biale wino wytrawne),

1 lyzeczka cukru.

1. Mieso pokroic na plasterki cienkie (najlepiej kroci sie mieso lekko zamrozone).

2. Wymieszac w kubku skladniki sosu.

3. Pokroic: kapuste - najpierw na pol, wyciac glab, potem w kratke o wielkosci

4 x 4 cm; pory - na ukosne kawalki o dlugosci 5-6 cm; grzyby - wzdluz na

pol; papryke - oczyszcic z nasion i pokroic na podluzne paski; tofu - w kostke wielkosci jednego kesa. Podzielic wszystkie skladniki na 4 rowne porcje.

4. Rozgrzac gruba patelnie, natrzec ja nabitym na widelec kawalkiem tluszczu,

przez chwile pozwolic, aby tluszcz sie wytopil.

5. Smazyc po kolei skladniki jednej porcji: najpierw smazy sie pory, potem dorzuca sie mieso, mieszajac smazy przez chwile, dorzuca sie pozostale skladniki i smazy sie az mieso zmieni kolor. Pod koniec wlewa sie czwarta czesc

sosu.

6. Porcje przekladac na talerz, podac i natychmiast smazyc nastepna.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 8 "Kuchnia japońska", strona 52.

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