
Kurczak błyskawiczny Wen Szan Ci Ting

Dodano: 2000-07-25 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3889 razy.

Podaje przepis na jedna ze smaczniejszych potraw mego jadlospisu.

(wg "Kuchni chińskiej" Katarzyny Pospieszynskiej):

Wen Szan Ci Ting (Srodkowy bieg rzeki Jangcy)

Potrawa miesna.

Na 3-6 osob.

Przygotowanie: ok. 20 min

Skladniki:

2 duze piersi kurczaka

1/2 szklanki pedow bambusa lub 4-5 pieczarek

1 slodka czerwona papryka (moze byc mieszanka kolorowych papryk)

2-3 piorka szczypiorku

1 1/2 lyzeczki chili lub ostrej papryki w proszku

1 lyzeczka soli

1 jajo

1lyzka maki ziemniaczanej (lub kukurydzianej)

1/2 szklanki oleju

5 lyzek rosolu kurzego

1 lyzka wodki czystej

1 lyzka sosu sojowego (najlepiej jasnego)

1 lyzeczka oleju sezamowego (opcjonalnie)

Przygotowanie:

- Mieso kurczaka pokroic w kostki o boku ok. 2 cm, wlozyc do miski.
- Pedy bambusa (lub pieczarki), czerwona papryke pokrajac w kostke tej samej wielkosci.
- Szcypior pokroic w kawalki wielkosci ok. 2 cm.
- Mieso kurczaka dokladnie posolic.
- Do miski wbic jajo, roztrzepac, wsypac make i ubic na jednolita mase.
- Olej wlac na duza patelnie, rozgrzac na ostrym ogniu.
- Kostki miesa zanurzac w jajku, klasc po kilka na goracy olej, mieszajac smazyc 1 1/2 minuty (poltorej minuty SIC!), wyjac i osaczyc.
- Do niewielkiej ilosci oleju na patelni dodac pedy bambusa (lub pieczarki), slodka papryke i ostra

papryke (lub chili), mieszając smażyc 2 min (ja to robie az troszke zmiekna jarzyny).

- Rosol wymieszac z wodka, sosem sojowym olejem sezamowym wlac do smazacych sie jarzyn.

- Wlozyc kurczaka, mieszając smazyc ok. 30 sek., przelozyc na polmisek.

- Podawac z ryzem na sypko.

Smacznego, pozdrawiam, Kamil Uminski

From: umil@platon.man.lublin.pl (Kamil Uminski)