
Chińszczyzna

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

Język: Polski

Odwiedzono: 10578 razy.

Hej, Podam przepis uniwersalny na chinszczyzne.

Po pierwsze, po drugie i po trzecie trzeba mieć do chinszczyzny dobrą patelnię na której to wszystko (cokolwiek by to nie było) się będzie dobrze smażyć. Patelnia nazywa się WOK ale można sobie kupić podobną: ma być DUŻA, połokragła - po to, aby to co już usmazono mogło być przesunięte na bok (na ścianki patelni) robiąc miejsce następnemu składnikowi do smażenia.

Wierście mi, taka patelnia naprawdę pomaga.

Po czwarte: należy przygotować mięso i warzywa.

Jakie mięso i jakie warzywa?

Tu następuje dowolna dowolność.

A więc: pokrojony na drobne kawałeczki kurczak, wołowina lub wieprzowina (chuda), a z warzyw: fasolka szparagowa, cebula, pomidory, papryka, jakieś kiełki sojowe, można wykorzystać mrożonki lub warzywa konserwowe, co kto lubi jednym słowem. No i czosnek oraz oczywiście SOS SOJOWY.

Z innych przypraw może być też papryczka chili, jeśli ktoś lubi pikantnie.

Sposób wykonania:

Mozna zacząć od paru łyżek oleju: rozgrzać i przesmażyć na tym pokrojony czosnek oraz cebulę. Odsunąć na bok patelni.

W dalszej kolejności smażyć mięso na złoto-brązowo. Teraz dodać warzywa: np. kapustę chińską, efektownie wygląda groszek zielony (ze strakami, ale to w sezonie), mała kukurydza z puszki (ziarnka albo cała), paprykę i tam komu wpadnie akurat pod rękę. Może być marchew, pomidory, ba - nawet rzepa! (poważnie).

Smażyć warzywa jakieś 10-15 minut, nie więcej. Teraz to wszystko zamieszać, można podlać bulionem jeśli ktoś chce więcej sosu, albo sosem pomidorowym, dodać 2-3 łyżki sosu sojowego, można zamiast sosu sojowego dodać miód (wtedy będzie na słodko), doprawić czym kto lubi i gotowe!

Cały witz polega na tym, aby warzywa dodane na końcu smażyć krótko - w ten sposób uzyskuje się chrupkość chrzeszcząca w zębach, o co w całej chińszczyźnie chodzi.

Najlepiej podawać z ryżem.

Smacznego!

From: Ewa Maciasz emacia@po-box.mcgill.ca