

Čína po česku

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

0,5 kg kuřecích řízků (nebo jako vegetar. pokrm 1 balíček sójových kostek)

mražená zeleninová směs Čína (Orient)

směs koření na čínu

glutasol

olej

solamyl

Příloha: rýže + vlasové nudle

1 vejce

worchestrová omáčka

sójová omáčka

zeleninový salát

tekutá rama

pórek

sůl

oříšky

mandle

med

Postup

Předem uvaříme ve vodě oříšky s mandlemi do změknutí. Kuřecí maso nakrájíme na malé kostičky. Hlubokou pánev rozpálíme s olejem, přidáme nakrájený pórek a maso obalené v solamylu zprudka osmahneme ze všech stran (stálým mícháním), aby neunikla šťáva. Nebo sójové kostky dle návodu uvaříme den předem ve slané vodě (+ koření na maso, sójovka apod.), vymačkáme přebytečnou vodu, obalíme v solamylu, přidáme sójovou omáčku a koření na čínu a necháme do 2. dne odležet.

Potom jako kuřecí maso stejným způsobem osmahneme na pánvi. Po osmahnutí (maso, nebo sója)rozklepeme do pánve vejce, zamícháme, přidáme mraženou zeleninu, oříšky s mandlemi, koření na čínu, worchestr, sój. omáčku a pod pokličkou krátce podusíme. Na konci vaření přidáme 2 polévkové lžice medu a na špičku nože glutasol. Odstavíme z plotny a důkladně promícháme.

Příloha: dáme vařit rýži v osolené vodě s 0,5 cibule, do které jsme zapíchli 2 hřebíčky. Mezitím na pánvičce osmahneme na tekuté ramě vlasové nudle a mícháme do zhnědnutí. Tyto pak zamícháme do uvařené rýže. K hotovému pokrmu podáváme na stůl zeleninový salát dle vlastního výběru.