

Doradca Smaku III, odc. 27: Chińska sałatka z kurczakiem i trawą cytrynową



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Lista składników

pierś z kurczaka	2 szt.
czosnek	1 ząbek
szalotka	2 szt.
sos sojowy	4 łyżki
ocet ryżowy	2 łyżki
trawa cytrynowa	2 łydgy
cukier brązowy	2 łyżki
marchew	2 szt.
kapusta pekińska	1/2 szt.
olej arachidowy	3 łyżki
mięta liście	kilka listków

Do smaku

cukier brązowy 2 łyżki

Imbir mielony Prymat

Kolendra cała Prymat

Chili pieprz cayenne mielone Prymat

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Mięso z kurczaka myjemy, osuszamy i kroimy w grubszą kostkę. Czosnek i szalotki drobno siekamy i dodajemy do kurczaka. Całość mieszamy z sosem sojowym, octem ryżowym oraz przyprawami.
- KROK 2 Trawę cytrynową tłuczemy tępa końcówką noża, żeby rozbić trawę i wydobyć aromat, a następnie kroimy na mniejsze kawałki. Dodajemy rozgniecioną trawę cytrynową oraz odrobinę cukru do smaku. Całość przykrywamy folią aluminiową i wstawiamy do lodówki na czas przygotowania pozostałych składników.
- KROK 3 Marchewki ścieramy na tarce o grubych oczkach. Kilka liści kapusty pekińskiej odkładamy, a pozostałą część kroimy w bardzo drobne paseczki i mieszamy z marchewką.
- KROK 4 Zamarynowane mięso wyjmujemy z lodówki. Część trawy cytrynowej z marynaty usuwamy, drugą część drobno siekamy i ponownie dodajemy do marynaty. Zamarynowane mięso wyjmujemy z marynaty i smażymy kilka minut na patelni z rozgrzanym olejem arachidowym.
- KROK 5 Przyrządzamy sos. Dodajemy ocet ryżowy, sos sojowy, cukier brązowy, sok z połowy limonki i startą skórkę z limonki. Dodajemy odrobinę oleju, żeby sos nie był zbyt słony. Wszystko razem mieszamy i mamy gotowy sos do sałaty.
- KROK 6 Usmażonego kurczaka przekładamy do miski z warzywami, polewamy odrobiną przygotowanego sosu.
Z odłożonych wcześniej liści kapusty pekińskiej układamy na talerzach „łódeczki” które napełniamy sałatką chińską z kurczakiem. Każdą porcję polewamy sosem i dekorujemy liściem mięty.