Filet z kaczki po azjatycku

KALUSIAA1989

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marchewki	15 dag
cebula dymka ze szczypiorkiem	1
kiełków sojowych	5 dag
kiełków bambusa	5 dag
filet z piersi kaczki	1
słodko-kwaśnego sosu chili	3 łyżki
sosu sojowego	3 łyżeczki
sól	
cukier	
olej	1 łyżeczka
ryż basmati	5 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchewkę obrać, ponacinać ją wzdłuż, tak aby powstały karby, a następnie pociąć w plasterki. Dymkę oczyścić, umyć, pokroić w talarki. Kiełki sojowe opłukać, osączyć. Kiełki bambusa umieścić na sitku, odstawić, aby odciekły.

Zagotować ½ szklanki wody z dodatkiem oleju, osolić. Do tego wrzątku wsypać ryż, zamieszać. Gotować na średnim ogniu około 10 minut. Z fileta zdjąć skórę. Mięso pokroić w cienkie plasterki, a skórę w paseczki. Skórę wysmażyć na średnim ogniu, odlać połowę wytopionego tłuszczu, wyjąć skórę wysmażoną na chrupko.

Na pozostałym na patelni tłuszczu usmażyć mięso, osolić, wyjąć łyżką cedzakową. W tym samym tłuszczu smażyć marchewkę 5 minut. Dodać 4 – 5 łyżek wody. Dołożyć talarki dymki i dwa rodzaje kiełków. Całość przyprawić do smaku sosami chili i sojowym oraz solą i cukrem. Dołożyć mięso, podgrzać. Całość ułożyć na talerzu, posypać przysmażoną skórą.