

Doradca Smaku II odc. 4, Wołowina po chińsku



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

polędwica wołowa	400 g
kapusta pekińska	1 szt. (średnia)
por	1 szt.
papryka zielona	1 szt.
kiełki sojowe	50 g
Kardamon mielony Prymat	
soja	15 ml (jasna)
ocet ryżowy	20 ml
olej	
olej sezamowy	20 ml
Imbir mielony Prymat	
Pieprz czarny ziarnisty Prymat	
Papryka ostra mielona Prymat	
Pieprz czarny mielony Prymat	
Sól morską jodowaną drobnoziarnista Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Kapustę, por oraz paprykę kroimy cienkie w paski. Pokrojone warzywa mieszamy z kiełkami i odstawiamy na chwilę.

- KROK 2 Wołowinę kroimy w cienkie kawałki i smażymy w dwóch partiach w woku na mocno rozgrzanym oleju. W trakcie smażenia mięso posypujemy do smaku solą, imbirem, oraz papryką ostrą. Ważne, aby w trakcie smażenia olej był cały czas bardzo gorący. Obsmażone kawałki wołowiny odkładamy do osobnego naczynia.
- KROK 3 Po wyjęciu ostatniej partii mięsa wrzucamy do rozgrzanego woka pokrojone wcześniej warzywa z kiełkami i smażymy. Doprawiamy do smaku pieprzem, kardamonem, imbirem oraz papryką ostrą. Następnie wlewamy odrobinę octu ryżowego i mieszamy aby nieco odparował. Dodajemy niewielką ilość sosu sojowego.
- KROK 4 Gdy warzywa są już miękkie wrzucamy obsmażone kawałki mięsa i mieszamy. Całość polewamy odrobiną oleju sezamowego.
- KROK 5 Podajemy w głębszych naczyniach.