






CHYBÍ VÁM SUROVINY?

Plánujete si tento recept uvařit znovu, ale zjistili jste, že vám některé asijské ingredience chybí? Žádný problém! Všechny suroviny použité v tomto receptu najdete v našem e-shopu www.sambalshop.cz

-  SUROVINY NA SUSHI
-  BYLINKY & KOŘENÍ
-  OMÁČKY & PASTY
-  RÝŽE & NUDLE
-  OLEJE & OCTY



HLEDÁTE NOVOU INSPIRACI?

Po úspěšném zvládnutí tohoto receptu vás určitě potěší, že na našich stránkách www.sambalshop.cz najdete spoustu dalších skvělých asijských receptů. Všechny jsou srozumitelně popsány a snadno zvládnutelné i pro začátečníky. Objevujte s námi kouzlo asijské kuchyně a **vyzkoušejte další recepty.**

VYFOŤ A POŠLI

Zašlete nám fotografii nebo video vašeho jídla a získíte odměnu. sambalshop.cz/vyfoťaposli



Bún bò Nam Bộ

Vietnamský salát s grilovaným hovězím masem



PŘÍPRAVA



25 MINUT

VAŘENÍ



15 MINUT

PORCÍ



4 PORCE

KUCHYNĚ



VIETNAMSKÁ

SUROVINY

- 400 g hovězí kýty
- 300 g nudlí Bún Kho
- 5 stroužků česneku
- 1 menší cibule
- 1 lžička sušené citronové trávy
- 2 lžice rybí omáčky
- 3 lžice rýžového oleje
- 1 lžice sezamového oleje
- 1 lžice ústřicové omáčky
- 1 špetka černého pepře
- 1 ledový salát
- 2 mrkve
- 1 hrnek mungo klíčků
- 1 svazek koriandru
- 1 hrnek restované cibulky
- 1 hrnek nesolených arašídů

Suroviny na omáčku

- 30 g cukru krystal
- 10 ml rýžového octa
- 20 ml rybí omáčky
- 1 špetka soli
- 100 ml horké vody
- 2 nasekané stroužky česneku
- pár koleček mrkve
- čerstvá chilli paprička na kolečka

POSTUP

1. Maso nakrájíme na tenké plátky velikosti sousta.
2. K masu přidáme 2 lžice rybí omáčky, špetku pepře, 1 lžičku citronové trávy, 1 lžici ústřicové omáčky a 1 lžici sezamového oleje .
3. Cibuli a česnek (rozmačkáme plochou stranou nože) nakrájíme nadrobno, přidáme k masu, pořádně promícháme a necháme v chladu marinovat minimálně 30 minut.
4. Zatímco bude maso odpočívat, si připravíme ostatní suroviny. Všechnu zeleninu a bylinky důkladně omyjeme a necháme odkapat. Ledový salát a koriandr nakrájíme na malé kousky, mrkev nakrájíme na tenké nudličky.
5. Nesolené arašidy opatrně opražíme na sucho na pánvi a lehce rozmačkáme v hmoždíři, aby jednotlivé kousky nebyly příliš velké, a hlavně aby se uvolnilo aroma buráků. (Pokud nemáte hmoždíř, zabalte arašidy do suché utěrky a například válečkem na těsto lehce rozmačkejte.)
6. Následně si připravíme zálivku. Všechny základní ingredience na omáčku dáme do kastrůlku, zahřejeme a mícháme tak dlouho dokud se cukr nerozpustí. Po odstavení z plamene přidáme nadrobno nasekaný česnek, pár koleček mrkve a dle chuti chilli papričky.
7. Rýžové nudle Bún Kho vložíme do většího hrnce se studenou vodou, přivedeme k varu a necháme vařit 6-8 minut, občas promícháme. Následně slejeme vařící vodu. Čerstvé uvařené nudle propláchneme pod tekoucí teplou vodou a necháme okapat.
8. V pánvi wok rozpalíme 3 lžice rýžového oleje a zprudka osmažíme marinované maso. Maso smažíme pouze krátce, aby zůstalo křehké a šťavnaté.
9. Do větší mísy vložíme trochu ledového salátu, vedle něj poklademe uvařené nudle, maso, mungo klíčky, mrkev a bylinky. Zalijeme zálivkou a posypeme arašidy a restovanou cibulkou.

Jak tento pokrm jíst

1. Vychutnejte si tento pokrm stejně jako Vietnamci. Bún bò Nam Bộ servírujte do větší misky s viditelně oddělenými jednotlivými surovinami.
2. Následně salát zalijte omáčkou a jednotlivé složky bylinek, zeleniny, nudlí, arašídů a kousků hovězího masa promíchejte.
3. Postupujte tak, aby se jednotlivé chutě důkladně propojily. Pak už stačí jen vzít hůlky a můžete se pustit do jídla.