






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



Kuřecí čína

Klasická kuřecí směs na čínský způsob



PŘÍPRAVA



60 MINUT

VAŘENÍ



15 MINUT

PORCÍ



4 PORCE

KUCHYNĚ



ČÍNSKÁ

SUROVINY

- 400 g kuřecího maso (prsňí řízky)
 - 1 ks větší mrkve (na plátky)
 - 1 ks větší cibule (na měsíčky)
 - 1 ks červené papriky (na čtverečky)
 - 1 ks zelené papriky (na čtverečky)
 - ½ hlávky čínské zelí (na proužky)
 - 2 ks jarní cibulky (bílou část na větší kolečka, zelenou část na podélné nudličky)
 - 6 stroužků česneku (nadrobno)
 - 2 ks čerstvé červené chilli papričky (nadrobno)
 - 1 lžice světlých sezamových semínek
 - 8 lžic stolního nebo rýžového oleje
- 2 lžičky tmavého cukru
 - ½ lžičky soli
 - 1 lžice kukuřičného škrobu
 - 1 lžice ústřicové omáčky
 - ½ lžičky glutamátu sodného
 - 2 lžice vody

Suroviny na omáčku

- 100 ml kuřecího vývaru
- 2 lžice ústřicové omáčky
- 2 lžičky rýžového vína
- 2 lžičky klasického kvasného octu
- 1 lžička sezamového oleje
- 1 lžička tmavé sójové omáčky
- 2 lžičky tmavého cukru
- ¼ lžičky soli
- ¼ lžičky bílého pepře
- 2 lžičky kukuřičného škrobu

Suroviny na marinádu

- 1 lžička jedlé sody
- 1 lžička sezamového oleje
- 1 lžice rýžového vína
- ½ lžičky bílého pepře

POSTUP

Příprava

1. Kuřecí maso nakrájejte na stejně velké plátky (5 - 8 mm) a vložte do misky.
2. Do misky s masem přidejte všechny suroviny na marinádu, důkladně promíchejte a odložte do lednice.
3. Nakrájejte jednotlivé druhy zeleniny a připravte je do misek vedle sporáku.
4. Ve větším hrnečku si připravte základní omáčku smícháním surovin na omáčku.
5. Vyndejte naložené maso z lednice a připravte ho ke sporáku.

Smažení masa

1. Rozehřejte pánev a přidejte do ní 3 lžice oleje.
2. Jakmile bude olej v pánvi rozpálen, vložte do ní polovinu (200 g) naloženého masa.
3. Maso smažte na prudkém ohni po dobu cca 1-2 minuty. Až do zhnědnutí a zatažení povrchu masa.
4. Po usmažení maso vyndejte z pánve do misky a proces smažení masa opakujte i u druhé poloviny.

Dokončení

1. Do pánve přidejte 1 lžici oleje a rozpalte na střední výkon.
2. Přidejte polovinu množství chilli papričky a stroužků česneku. Nechte rozvonět maximálně 10 vteřin.
3. Zvyšte výkon sporáku a dále do pánve vložte polovinu nakrájené cibule, mrkve a bílé části jarní cibulky. Smažte 20 vteřin.
4. Dále do pánve vložte polovinu nakrájené zelené a červené papriky a čínské zelí. Smažte dalších 20 vteřin.
5. Následně do pánve se zeleninou vložte polovinu usmaženého masa a důkladně promíchejte. 6. Do woku se směsí masa a zeleniny nyní nalijte polovinu připravené základní omáčky.
6. Omáčku lijte po stěnách pánve.
7. Promíchejte a smažte po dobu 1 minuty, dokud omáčka nezhoustne.
8. Zmírněte sporák na minimum a do pánve přidejte zelenou část jarní cibulky a světlá sezamová semínka.
9. Připravenou kuřecí směs ještě naposledy promíchejte a ihned servírujte.
10. Celý proces dokončení opakujte i s druhou polovinou připravených surovin.