

Csípős pulyka recept



Hozzávalók:

- 20 dkg pulykamell
- Chilli paprika
- Gomba
- Brokkoli
- Sárgarépa
- Bambusz szelet
- Vörös hagyma

Fűszerek:

- chili paprika
- Szójaszós
- Kínai bor
- Só
- Feketebors
- kínai só

A Csípős pulyka elkészítése: Mindenek előtt kezdjük a hús pácolásával. A feldarabolt pulykamellhez adjunk sót, borsot, kínai sót és kevés vizet. Keverjük össze, adjuk hozzá a keményítőt, és ismét alaposan forgassuk össze. Lehetőleg hagyjuk pihenni a húst minimum fél óráig.

Forraljunk vizet, amiben megfőzzük a bambuszt, sárgarépát, fafül gombát és a zöldbabot, majd szűrjük le. Egy serpenyőbe olajat öntünk, amiben kisütjük a pulykamellet. Figyeljünk arra, hogy csak langyos olajba rakjuk a húst, és kis lángon süssük. Amikor már majdnem aranyszínűre sült a pulyka, szedjük ki az olajból. Másik serpenyőben kevés olajon megpirítjuk a vörös hagymát és chili paprikát. Belerakjuk a többi zöldséget és az elősütött húst. Kavargatás közben öntünk bele egy kevés vizet és fűszerezzük chili paprikával, szójaszósszal, kínai borral, cukorral, feketeborssal és kínai sóval. Belekeverjük a vízzel hígított keményítőt, meglocsoljuk kevés szezámolajjal, és már tálalhatjuk is a könnyű, egészséges és egzotikus ízeket felvonultató kínai csípős pulykát.