



Kuřecí Kung Pao

Ingredience

kuřecí prsa: **200 g**
sójová omáčka: **2 PL**
rýžové víno: **1 PL**
škrobová moučka: **1 PL**
jarní cibulka: **1 ks**
stroužky česneku: **2 ks**
nesolené arašídy: **4 PL**
zázvor: **1 KL**
chilli papričky (1: **1 ks**
olej
sůl
pepř
Na zálivku:
sójová omáčka: **3 PL**
rýžový ocet: **1 KL**
sezamový olej: **1 KL**
škrobová moučka: **1 KL**
voda: **1 PL**
třtinový cukr: špetka

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Kuřecí maso nakrájíme na kostičky a naložíme ho do marinády, kterou připravíme ze sójové omáčky, rýžového vína, škrobu, soli a pepře. Jarní cibulku nakrájíme na centimetrové kousky, česnek nadrobno, zázvor na tenké proužky a smícháme všechny ingredience na zálivku. Na přípravu tohoto oblíbeného...

Kuřecí Kung Pao - recept

Kuřecí maso nakrájíme na kostičky a naložíme ho do marinády, kterou připravíme ze sójové omáčky, rýžového vína, škrobu, soli a pepře. Jarní cibulku nakrájíme na centimetrové kousky, česnek nadrobno, zázvor na tenké proužky a smícháme všechny ingredience na zálivku.

Na přípravu tohoto oblíbeného čínského jídla se nejlépe hodí **pánev wok**, ale můžeme použít jakoukoli hlubší pánev. Oleje nalijeme tolik, aby se v něm kuřecí maso osmažilo ze všech stran. Olej rozehřejeme, vložíme do něj maso a smažíme tak, aby kousky měly kolem sebe vytvořenou krustu, ale nikoli až dozlatova.

Olej slijeme, pánev ale necháme mastnou a necháme na ní orestovat nakrájené chilli papričky zbavené semínek. Přidáme jarní cibulku, česnek a zázvor, vrátíme maso, zalijeme zálivkou a 2 minuty smažíme při vysoké teplotě. **Arašídy** opražíme nasucho na pánvi, až se rozvoní a přidáme je do směsi úplně nakonec.

Kuřecí Kung Pao podáváme s rýží nebo nudlemi.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí