



Čína z krůtího masa

Ingredience

krůtí maso: **300 g**
mrkev: **1 ks**
červená paprika: **1 ks**
cibule: **1 ks**
pórek: **10 cm**
arašídy: **50 g**
stroužky česneku: **1 ks**
sójová omáčka: **2 PL**
solamyl: **1 PL**
olej
sůl
pepř
chilli
koření na čínu

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Krůtí maso nakrájíme na nudličky a smícháme s trochou oleje, prolisovaným česnekem, špetkou chilli, pepře, soli a koření na čínu. Přidáme sójovou omáčku, solamyl a necháme uležet v ledničce asi 3 hodiny. Mrkev, pórek, cibuli a papriku nakrájíme na kousky. Maso včetně marinády opečeme na rozpáleném...

Čína z krůtího masa - recept

Krůtí maso nakrájíme na nudličky a smícháme s trochou oleje, prolisovaným česnekem, špetkou chilli, pepře, soli a koření na čínu. Přidáme sójovou omáčku, solamyl a necháme uležet v ledničce **asi 3 hodiny**. Mrkev, pórek, cibuli a papriku nakrájíme na kousky.

Maso včetně marinády opečeme na rozpáleném oleji ze všech stran do růžova, vyjmeme a do výpeku na pánvi dáme veškerou nachystanou zeleninu. Tu opečeme do křupava, zakápneme **sójovou omáčkou** a přidáme zpět krůtí maso. Dobře promícháme a společně chvíli podusíme. Nakonec přidáme arašídy.

Čína z krůtího masa nejlépe chutná s dlouhozrnnou rýží, vhodnou přílohou je také zeleninový salát.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí