

Smażony makaron z kurczakiem

Składniki:

- Filet z piersi kurczaka ok. 0,5 kg
- Pieczarki 300 g
- Makaron Chow Mein 250 g
- Chińska mieszanka warzywna 750 g
- Sos sojowy jasny lub ciemny 4-5 łyżek
- Olej sezamowy 2-3 łyżki
- Przyprawy: czerwona papryka, mielony imbir, czosnek, kurkuma, mieszanki przypraw azjatyckich, trawa cytrynowa, itp.

Przygotowanie

Marynujemy mięso:

Kroimy pierś z kurczaka na kawałki ok. 2 cm. Wrzucamy do miski i przyprawiamy:

- 2-3 łyżki sosu sojowego
- 2-3 łyżki oleju (może być zwykły rzepakowy, czy słonecznikowy)
- 1 łyżka oleju sezamowego
- pół łyżeczki kurkumy (doda ładny kolor)
- suszona papryka
- trawa cytrynowa
- mieszanka przypraw chińskich
- wegeta

Tak zamarynowane mięso odstawiamy przynajmniej na 10 minut.

Smażenie:

Pieczarki kroimy na kawałki i podsmażamy, niezbyt długo, żeby nie zrobiły się bardzo małe i czarne. Osobno smażymy warzywa, tak żeby nie były zimne, odparowała z nich woda, ale żeby nie zrobiły się zbyt miękkie. Szczególnie przy mrożonkach trzeba uważać, żeby nie zrobiła się z nich ciapka.

Mięso również smażymy oddzielnie, na dość dużym ogniu, cały czas mieszając, żeby się nie przypaliło. Gdy mięso będzie usmażone mieszamy wszystkie składniki w woku, albo garnku.

Makaron:

Zgodnie z przepisem na opakowaniu powinniśmy ugotować wodę, wyłączyć gaz i wrzucić makaron na 4 minuty. My wrzucamy go tylko na 2 maksymalnie 3 minuty. Warto wcześniej go połamać, będzie łatwiejszy do jedzenia.

Odczujemy makaron i wrzucamy go na patelnię, dodając 2 łyżki sosu sojowego i 2-3 łyżki oleju sezamowego. Smażymy go cały czas mieszając, do momentu, aż zacznie się lekko przypalać.

Makaron wrzucamy do warzyw z kurczakiem, dokładnie mieszamy i całość bez przykrycia smażymy około 5-10 minut. Gotowe

