

Vepřová čína se zeleninou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

681 kalorií , 0 g cukrů , 21 g tuků , 113 g bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-cina-se-zeleninou>

Příprava

Maso nakrájíme na tenké nudličky. Osolíme, zakápneme sójovou omáčkou, přidáme vejce, škrob, promícháme a necháme v chladu odležet (stačí půl hodiny). Připravíme si zeleninu: mrkev na kolečka, jarní cibulku nadrobno, papriky na kostičky, bambusové výhonky, sójové klíčky i houby, které jsme před tím na chvíli namočili do vody. Na rozpálený olej vložíme maso a smažíme doměkka. Na druhé pánvi orestujeme zeleninu - mrkev s výhonky, pak papriku, přidáme klíčky a houby a nakonec cibulku. Křupavou zeleninu přidáme k masu, zalijeme sladkokyselou nebo Thai Pride omáčkou, prohřejeme a můžeme podávat.

Ingredience

- ✓ 1/2 kg vepřové kýty
- ✓ 150 ml sladkokyselé omáčky nebo Thai Pride omáčky
- ✓ 2 mrkve
- ✓ 150 g bambusových výhonků
- ✓ 1 větší červená paprika
- ✓ 1 větší zelená paprika
- ✓ 2 jarní cibulky
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1-2 lžíce škrobové moučky
- ✓ 1 vejce
- ✓ 50 ml olivového oleje
- ✓ 1 hrst sojových klíčků
- ✓ 1 lžíce sojové omáčky
- ✓ 1 hrst čínských hub

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Labužník, Hlavní chod

