

Mincare chinezeasca cu sherry

Mincare chinezeasca cu sherry



Ingrediente :

350 g carne de vaca, 1 ceapa rosie, 175 g dovlecel sau zucchini, 175 g morcovi, 1 ardei, 1 varza chinezeasca mica, 150 g germeni de soia, 225 g fisii de bambus, 150 g nuci anacard, 3 linguri ulei de floarea-soarelui. Pentru sos: 3 linguri sherry, 3 linguri sos soia, 1 lingura praf de ghimbir, 1 catel usturoi, 1 lingurita amidon, 1 lingura pasta de rosii

Preparare :

Se taie carnea fisii subtiri (cu cit sint mai subtiri, cu atit mai repede se prajesc), varza, bambusul si ardeiul de asemenea fisii, ceapa, morcovul si zucchini rondele fine. Se incinge intr-un wok sau o cratita mare uleiul. Se prajeste carnea si ceapa la foc rapid, invirtindu-se mereu, pina cind carnea este prajita. Se adauga restul

de legume. Cind toate sint fierte dupa gust, se adauga nucile. Se amesteca intr-un castron ingredientele de sos si se adauga la mincare, invirtindu-se bine, pentru a se patrunde mincarea. Se mai lasa citeva minute sa se fiarba, pentru a se lega sosul. Se serveste cu paste chinezesti sau cu orez basmati.