

Ryż smażony po chińsku



Trudność: □□□□□

Czas przygotowania: 20min , Czas gotowania: 35min
Całkowity czas: 55min , Porcja: 4

1066 Kalorii , **0 g** Cukrów , **24 g** Tłuszczy , **25 g** Białek

Autor: Redaktor

Link: <https://srecepty.pl/ryz-smazony-po-chinsku>

Przygotowanie

Ugotuj ryż w słonej wodzie. Ugotuj zielony groszek we wrzącej, lekko posolonej wodzie przez 5 minut, a następnie odcedź. Obierz i drobno posiekaj imbir. Wyciśnij czosnek, cebulę i kapustę pekińską pokrój w cienkie paski. Podgrzej oliwę na dużej patelni i obsmażaj w niej lekko cebulę, czosnek i imbir przez 5 minut, cały czas mieszając. Dodaj liście kapusty pekińskiej i obsmażaj na dużym ogniu przez około minutę, cały czas mieszając. Dodaj ugotowany ryż, bulion i sos sojowy, a następnie krewetki i zielony groszek. Wszystko dokładnie wymieszaj i duś jeszcze przez kilka minut. W ryżu zrób dziurkę, wlej w nią jajka i smaż przez kilka minut, a następnie wymieszaj je z ryżem.

▣ **Porady dotyczące przepisu**

Ryż można podawać w miseczkach, a zamiast widelca używać chińskich pałeczek.



Składniki

- 225 g ryżu długoziarnistego
- 1/2 główki kapusty pekińskiej
- 225 g krewetek
- 1 cebula
- 1 łyżka oleju roślinnego
- 1 łyżka sosu sojowego
- 150 ml bulionu drobiowego
- 1 ząbek czosnku
- kawałek korzenia imbiru
- 115 g groszku
- 2 jajka
- 15 g masła
- 1/2 łyżeczki soli

Kategorie

Chińska, Całoroczne, Ryby i owoce morza, Zboża, makarony i ryż, Rodzina, Dania główne