



JERNEJ KITCHEN

KITAJSKI REZANCI Z GOVEDINO (STIR FRY)

Kitajski rezanci z govedino ali stir fry je hitro in zelo slastno azijsko kosilo, polno vitaminov, bogatega okusa. Preprost recept za vse dni v tednu.

ZA	4	OSEBE
PRIPRAVA:	10	MINUT
KUHANJE:	10	MINUT
ČAS SKUPAJ:	20	MINUT

KITAJSKI REZANCI Z GOVEDINO (STIR FRY)

- 250 g kitajskih jajčnih rezancev
- 1/4 rdečega čilija
- 1 čajna žlička svežega ingverja
- 1 strok česna
- 1 čebula, manjša
- 2 korenja
- 1 paprika
- 100 g brokolija
- 3 mlade čebule
- 4 listi ohrovta
- 80 g sojine omake
- 50 g kitajskega vina za kuhanja (ali sojine omake)
- 1 žlica sladkorja
- 1 čajna žlička tamarind paste
- 1 čajna žlička ostrigine ali ribje omake
- 2 žlici limetinega soka
- 2 jajci
- 3 žlice sezamovega olja

PRIPRAVA REZANCEV IN ZELENJAVE

Kitajske jajčne rezance damo v skledo in jih prilijemo z vrelo vodo ter postavimo na stran za 5 - 8 minut. Čili, strok česna in ingver drobno sesekljamo, Čebulo, korenje in papriko narežemo na tanke rezine. Brokoli dobro umijemo in narežemo na manjše vršičke. Mlado čebulo in liste ohrovta diagonalno narežemo na rezine.

NASVET

[Steblo brokolija uporabimo za juhe ali pa ga obrežemo in narežemo na tanke trakove.](#)

PRIPRAVIMO SOJINO OMAKO IN JAJCI

V manjši skodelici premešamo sojino omako, kitajsko shaoxing vino za kuhanje (ker ga je v Sloveniji zelo težko dobiti, ga nadomestimo s sojino omako), sladkor, tamarind pasto, ostrigovo omako in limetin sok ter postavimo na stran. Vok ponev pristavimo na močan ogenj. Ko je posoda segreti dodamo žlico sezamovega olja. Dodamo jajci, ki jih v zelo vročem voku pražimo 30 sekund, nato začnemo jajci mešati, tako da dobimo suha umešana jajca. Pražimo še 30 - 60 sekund, da se jajci dobro prepražita, vendar ne dobita rjave barve. Odstavimo iz voka ter vok dobro očistimo z vlažno krpo ali vlažno kuhinjsko brisačko.

NASVET

[Shaoxing vino nadomestimo s sojino omako.](#)

POPEČEMO STEAK

Vok ponev ponovno pristavimo na močan ogenj. Steak dobro osušimo s papirnato kuhinjsko brisačko in ga pod kotom narežemo na tanke rezine. V razgreto vok ponev damo dve žlici

250 g sirloin goveji steak (hrbet)

1 žlica sezama

TOOLS AND EQUIPEMENT

skleda

kuhinjski nož

rezalna deska

vok ponev

kuhinjska brisačka

sezamovega olja in narezan steak. Rezine steaka položimo v ponev stran od sebe, da nas vroče olje ne opeče. Steak pražimo 1 minuto, nato dobro premešamo in pražimo še 60 - 90 sekund, da dobi rahlo zlato zapečeno barvo, a je še vedno mehek. Rezine steaka pobereemo iz vok ponve.

POSTREŽEMO

V vok posodo damo narezano čebulo, čili, česen, ingver, papriko ter brokoli. Med rednim mešanjem pražimo zelenjavo približno minuto do dve na močnem ognju. Dodamo pripravljeno omako, dobro premešamo in kuhamo še 60 sekund, da omaka rahlo povre in se zgosti. Dodamo dobro odcejene jajčne rezance, mlado čebulo, ohrovt in popečen steak. Odstavimo z ognja, dobro premešamo, da se vse sestavine lepo povežejo. Na koncu dodamo še praženo jajco in sezam. Premešamo in postrežemo s četrtno limete ter nekaj rezinami mlade čebule.