



Усманова Анастасия

Индийская симфония
вкуса: Рецепты из
тысячи и одной пряности

Анастасия Усманова
Индийская симфония
вкуса: рецепты из
тысячи и одной пряности

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70437172

SelfPub; 2024

Аннотация

В этой кулинарной книге вы найдете удивительные рецепты из разнообразной индийской кухни, которые погрузят вас в мир вкуса, аромата и красок. От изысканных карри до ароматного риса и разнообразных закусок, каждый рецепт представляет собой уникальное сочетание пряностей, трав и специй, чтобы создать истинную симфонию вкуса. Погрузитесь в мир индийской кулинарии и откройте для себя новые гастрономические грезы с этой книгой.

Анастасия Усманова

Индийская симфония

вкуса: рецепты из

тысячи и одной пряности

Один из популярных рецептов азиатской кухни – китайского курицы по-кунг-пао

Ингредиенты:

- 500 г куриного филе, нарезанного на кусочки
- 1 крупная морковь, нарезанная тонкой соломкой
- 1 красный сладкий перец, нарезанный кусочками
- 1 зеленый сладкий перец, нарезанный кусочками
- 3 стебля зеленого лука, нарезанных кусочками
- 1 чашка жаренных арахисов или кешью
- 3 столовые ложки растительного масла
- 3 зубчика чеснока, измельченные
- 1 чайная ложка измельченного имбиря
- 1 чайная ложка крахмала
- 1 чайная ложка уксуса
- 2 столовые ложки соевого соуса
- 1 столовая ложка острых перчиных соуса
- Соль по вкусу

– Перец по вкусу

Инструкции:

1. В миске смешайте крахмал, уксус, соевый соус и острый перчинный соус.
2. Разогрейте растительное масло в большой сковороде или воке на среднем огне. Обжарьте чеснок и имбирь в течение 1 минуты.
3. Добавьте куриное филе и жарьте до готовности.
4. Добавьте морковь и жарьте еще 2-3 минуты.
5. Добавьте кусочки сладкого перца и жарьте еще 2 минуты.
6. Добавьте смесь из миски и перемешайте, чтобы все ингредиенты покрылись соусом.
7. Подавайте курицу по-кунг-пао, посыпав сверху зеленым луком и жареными арахисами или кешью.

Готово! Теперь у вас есть вкусное азиатское блюдо, которое можно подавать с рисом или лапшой. Приятного аппетита!

Рецепт тофу мапу

Ингредиенты:

- 400 г твердого тофу, нарезанного кубиками
- 200 г фарша из свинины или говядины

- 2 ст. ложки соевого соуса
- 1 ст. ложка красного перца (можно добавить больше или меньше в зависимости от предпочтений)
- 2 ст. ложки кунжутного масла
- 2 зубчика чеснока, измельченные
- 1 ст. ложка измельченного имбиря
- 3 зеленых лука, нарезанных
- 1 ст. ложка крахмала
- 1 стакан куриного бульона
- Соль по вкусу
- 2 ст. ложки растительного масла для жарки

Инструкции:

1. В глубокой сковороде разогрейте растительное масло на среднем огне. Обжарьте чеснок и имбирь до появления аромата.
2. Добавьте фарш и обжаривайте, помешивая, до тех пор, пока мясо не изменит цвет.
3. Добавьте кубики тофу, соевый соус, кунжутное масло, красный перец и соль. Перемешайте, чтобы все ингредиенты хорошо соединились.
4. В отдельной миске разведите крахмал в курином бульоне. Добавьте эту смесь в сковороду с тофу и фаршем. Тушите все в течение 5-7 минут.
5. После того как блюдо немного загустеет, добавьте нарезанный зеленый лук и перемешайте.

6. Готовое блюдо подавайте с гарниром по вашему выбору, например, с рисом.

Рецепт китайского остро-кислого супа

Ингредиенты:

- 1 л куриного бульона
- 200 г свинины или куриного филе, нарезанного тонкими ломтиками
- 100 г свежих грибов, нарезанных
- 1 морковь, нарезанная соломкой
- 1 красный перец, нарезанный соломкой
- 100 г твердого тофу, нарезанного кубиками
- 1 ст. ложка томатной пасты
- 3 ст. ложки уксуса
- 2 ст. ложки соевого соуса
- 2 ст. ложки крахмала
- 2 яйца
- Соль и перец по вкусу

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.