

Мясо по-азиатски

Романова Виктория

Романова Виктория

Мясо по-азиатски

«Автор»

2025

Виктория Р. А.

Мясо по-азиатски / Р. А. Виктория — «Автор», 2025

В этой подборке собраны самые яркие и любимые рецепты мясных блюд с настоящим азиатским характером — из Китая, Японии, Кореи, Вьетнама, Таиланда, Индии и Малайзии. Вас ждут блюда из говядины, свинины, баранины, курицы и утки с насыщенными соусами, свежими травами и пряностями, необычными сочетаниями сладкого, кислого и острого. Каждый рецепт разработан так, чтобы его можно было приготовить в домашних условиях — без экзотических труднодоступных ингредиентов, с подробным пошаговым описанием. Вы узнаете, как приготовить классику вроде говядины в соусе терияки, утку по-пекински, курицу с кешью, сычуаньские и корейские блюда, карри и мясо по-тайски. Порадуйте себя и близких яркими, аппетитными и необычными ужинами в азиатском стиле!

© Виктория Р. А., 2025

© Автор, 2025

Романова Виктория

Мясо по-азиатски

Говядина в соусе терияки Ингредиенты:

Говядина (лопатка или вырезка) – 500 г



Соевый соус – 100 мл



Мирин (или белое сухое вино) – 2 ст. л.



Сахар – 2 ст. л.



Крахмал – 1 ст. л.



Имбирь свежий – 2 см



Чеснок – 2 зубчика



Зеленый лук – 3 пера



Кунжут – 1 ч. л.



Масло для жарки



Приготовление:

Говядину нарезать тонкой соломкой. Имбирь и чеснок натереть на мелкой терке.

Смешать соевый соус, мирин, сахар, имбирь, чеснок.

Обваливать мясо в крахмале, быстро обжарить на сильном огне до румяности.

Добавить соус, прогреть пару минут, чтобы мясо пропиталось.

Подавать, посыпав зеленым луком и кунжутом.

Свинина в кисло-сладком соусе Ингредиенты:

Свинина (шея) – 400 г



Болгарский перец – 1 шт.



Лук – 1 шт.



Ананас консервированный – 100 г



Соевый соус – 2 ст. л.



Кетчуп – 3 ст. л.



Уксус рисовый – 1 ст. л.



Сахар – 1 ст. л.



Крахмал – 1 ст. л.



Масло растительное



Приготовление:

Свинину нарезать кубиками, обвалять в крахмале.

Обжарить до золотистой корочки, переложить на бумагу.

На той же сковороде обжарить лук и перец. Добавить свинину и ананасы.

Смешать соевый соус, кетчуп, уксус и сахар, влить к мясу, прогреть пару минут.

Подавать с рисом.

Курица по-сычуаньски Ингредиенты:

Куриное филе – 500 г

Сычуаньский перец – 1 ч. л.



Чеснок – 2 зубчика



Имбирь – 2 см



Соевый соус – 2 ст. л.



Уксус рисовый – 1 ст. л.



Крахмал – 1 ст. л.



Острый перец (чили) – 1 шт.



Масло для жарки



Приготовление:

Филе нарезать полосками, обвалить в крахмале, быстро обжарить.

Отдельно прогреть сычуаньский перец, чили, имбирь, чеснок.

Вернуть курицу в сковороду, влить соевый соус и уксус, прогреть 2-3 минуты.

Подавать горячей, посыпав зеленым луком.

Свинина по-корейски с овощами Ингредиенты:

Свинина (корейка) – 400 г



Морковь – 1 шт.



Лук – 1 шт.



Огурец свежий – 1 шт.



Соевый соус – 3 ст. л.



Чеснок – 2 зубчика



Кунжутное масло – 1 ст. л.



Кунжут – 1 ч. л.



Сахар – 1 ч. л.



Масло для жарки



Приготовление:

Свинину нарезать тонкой соломкой, замариновать в соевом соусе с чесноком и сахаром на 30 минут.

Обжарить мясо до готовности.

Добавить нарезанные полосками овощи, жарить еще 2-3 минуты.

Влить кунжутное масло, перемешать, посыпать кунжутом.

Говядина с брокколи по-китайски

Ингредиенты:

Говядина – 350 г

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.