

Vepřová čína se zeleninou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

681 kalorií , **0 g** cukrů , **21 g** tuků , **113 g** bílkovin

Autor: Zuzana Mellenová

Odkaz: <https://srecepty.cz/veprova-cina-se-zeleninou>

Příprava

Maso nakrájíme na tenké nudličky. Osolíme, zakápneme sójovou omáčkou, přidáme vejce, škrob, promícháme a necháme v chladu odležet (stačí půl hodiny). Připravíme si zeleninu: mrkev na kolečka, jarní cibulku nadrobno, papriky na kostičky, bambusové výhonky, sójové klíčky i houby, které jsme před tím na chvíli namočili do vody. Na rozpálený olej vložíme maso a smažíme doměkka. Na druhé pánvi orestujeme zeleninu - mrkev s výhonky, pak papriku, přidáme klíčky a houby a nakonec cibulku. Křupavou zeleninu přidáme k masu, zalijeme sladkokyselou nebo Thai Pride omáčkou, prohřejeme a můžeme podávat.

Ingredience

- 1/2 kg vepřové kýty
- 150 ml sladkokyselé omáčky nebo Thai Pride omáčky
- 2 mrkve
- 150 g bambusových výhonků
- 1 větší červená paprika
- 1 větší zelená paprika
- 2 jarní cibulky
- 1/2 lžičky soli
- 1-2 lžíce škrobové moučky
- 1 vejce
- 50 ml olivového oleje
- 1 hrst sojových klíčků
- 1 lžíce sojové omáčky
- 1 hrst čínských hub

Kategorie

Obyčejný den, Čínská, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Labužník, Hlavní chod

