

Kantonská rýže

Rychlý tahák - přesně 2 strany



Čtyři pravidla oddělených zrn

- Rýži po uvaření rychle zchladte a uchovejte v chladu.
- Před smažením rozbijte hrušky; rýže nesmí být mokrá.
- Kuře, krevety a vejce připravte odděleně a vraťte je až na závěr.
- Omáčku dávkujte střídmě po obvodu rozpáleného woku.

Poměr a čas

4 porce: 600 g vařené rýže. Příprava: 20 minut. Smažení: 12-15 minut. Pracujte v menší dávce, aby wok neztratil teplotu.

Kontrola jednotlivých fází

- Rýže je před wokem studená, sypká a bez mokrých hrudek.
- Kuře je propečené a krevety právě změnilly barvu.
- Vejce zůstává měkké, zelenina lehce křupavá.
- Hotová rýže je horká, suchá a rovnoměrně ochucená.

Bezpečné chlazení rýže

Rýži nenechávejte dlouho při pokojové teplotě. Rozprostřete ji do mělké nádoby, rychle zchladte a uložte do lednice.

Příprava předem

- Omáčky odměřte do jedné misky.
- Bílkoviny osušte a zeleninu nakrájejte na stejné malé kousky.
- Rýži rozvolněte rukama nebo vidličkou ještě před zahřátím woku.

Recept pro 4 porce

Suroviny

- 600 g vychlazené vařené jasmínové rýže
- 250 g kuřecího stehna na malé kostky
- 150 g syrových krevet
- 3 vejce
- 100 g hrášku
- 1 mrkev na malé kostky
- 3 jarní cibulky
- 2 stroužky česneku
- 1 a 1/2 lžice světlé sójové omáčky
- 1 lžice ústřicové omáčky
- 1 lžička sezamového oleje
- 2 lžice neutrálního oleje
- špetka bílého pepře a sůl



Osm kroků

1. Připravte rýži - Uvařenou rýži rychle zchladte, uložte do chladu a před smažením rozvolněte.
2. Smíchejte dochucení - Světlou sójovou a ústřicovou omáčku promíchejte; sezamový olej ponechte na závěr.
3. Opečte kuře - Kuře zprudka opečte do propečení a lehkého zbarvení, potom je vyjměte.
4. Opečte krevety - Krevety restujte jen do změny barvy a odložte ke kuřeti.
5. Připravte vejce - Vejce vlijte do horkého woku a rozdělte na měkké kousky; nepřesušte je.
6. Restujte zeleninu - Česnek, mrkev a hrášek krátce opečte. Mrkev má zůstat lehce křupavá.
7. Smažte rýži - Přidejte rýži a na vysokém žáru ji rozvolněte a prohazujte, až je horká a suchá.
8. Dokončete - Vraťte kuře, krevety a vejce, přidejte omáčky, bílý pepř, jarní cibulku a sezamový olej.

Rychlá oprava

Mokrý rýže: wok byl studený nebo dávka velká. Slepená zrna: rýže byla čerstvá a vlhká. Přesolení: omáček bylo příliš.