

Mee Goreng

Rychlý tahák - přesně 2 strany



Čtyři pravidla

- Nudle připravte jen do pružna a nechte z nich dobře odtéct vodu.
- Wok rozpalte předem a jednotlivé složky opékejte po menších dávkách.
- Kuře a krevety po opečení odložte, aby se nevysušily.
- Sladký ketjap manis přidejte až v závěru, aby nezhořkl.

Chuťová rovnováha

Sladkost a barva: ketjap manis. Slanost: světlá sójová omáčka. Pálivost: sambal. Svěžest: limeta, okurka a jarní cibulka.

Pořadí ve woku

- Kuře a krevety opečte zvlášť.
- Rozvoňte šalotku a česnek, potom přidejte vejce.
- Pevnou zeleninu vložte před listovou a výhonky.
- Nudle s omáčkou přijdou až do rozpáleného woku.
- Hotové jídlo ihned rozdělte na talíře.

Příprava předem

Nudle slijte, bílkoviny osušte, zeleninu nakrájejte a omáčku odměřte. Restování trvá jen několik minut.

Práce s teplotou

- Po každé dávce nechte wok znovu rozežhát.
- Suroviny vkládejte suché, aby se nezačaly dusit.
- Po přidání omáčky už pracujte rychle a bez podlévání.

Recept pro 4 porce

Suroviny

- 400 g pšeničných nudlí
- 250 g kuřecího stehna
- 200 g syrových krevet
- 3 vejce
- 150 g bílého zelí
- 1 mrkev
- 2 hrsti pak choi
- 150 g mungo výhonků
- 2 šalotky
- 3 stroužky česneku
- 2-3 lžice ketjap manis
- 1 lžice světlé sójové omáčky
- 1-2 lžičky sambalu
- 2 lžice oleje
- jarní cibulka, limeta, okurka a krevetové krekry



Osm kroků

1. Připravte nudle - Uvařte je podle etikety jen do pružna. Slijte je, krátce zchladte a oddělte.
2. Smíchejte omáčku - Ketjap manis promíchejte se světlou sójovou omáčkou a sambalem.
3. Opečte kuře - Kuře zprudka opečte v části oleje a odložte.
4. Přidejte krevety - Krevety opečte jen do změny barvy a odložte ke kuřeti.
5. Restujte aromata a vejce - Šalotku s česnekem krátce rozvoňte. Přidejte vejce a rozdělte je na měkké kousky.
6. Opečte zeleninu - Mrkev a zelí restujte první, pak přidejte pak choi a výhonky.
7. Dokončete nudle - Vložte nudle, maso, krevety a omáčku. Na vysokém žáru rychle prohazujte.
8. Podávejte - Přidejte jarní cibulku a podávejte s limetou, okurkou a krekry.

Rychlá oprava

Slepené nudle: byly převařené nebo mokré. Vodnaté jídlo: wok byl studený či přeplněný. Hořká chuť: ketjap manis se přidal příliš brzy.

Podávání

Dokončete jarní cibulkou a limetou. Okurka zjemní pálivost a krevetové krekry přidají kontrastní křupnutí.