

# Kantonská rýže

Rozšířený průvodce - přesně 3 strany



## Sypká rýže začíná před wokem

Vysoký žár nedokáže zachránit mokrou nebo rozvařenou rýži. Základ tvoří správně uvařená, rychle zchlazená a před smažením rozvolněná zrna.

## Rozhodovací tabulka

| Situace                 | Co udělat                                              |
|-------------------------|--------------------------------------------------------|
| Rýže je čerstvě uvařená | Rozprostřete ji, rychle zchladte a smažte až studenou. |
| Wok je malý             | Dokončení rozdělte do dvou dávek.                      |
| Bez krevet              | Přidejte více kuřete nebo pevné tofu.                  |
| Rýže se lepí            | Rozvolněte ji předem a nepřilévejte vodu.              |
| Chuť je plochá          | Doladte bílý pepř a jarní cibulku, ne další tekutinu.  |

## Časová osa

- 0-8 minut: krájení a rozvolnění rýže.
- 8-12 minut: kuře a krevety.
- 12-15 minut: vejce a zelenina.
- 15-19 minut: rýže na vysokém žáru.
- 19-21 minut: dochucení a okamžité podávání.

## Správný výsledek

Zrna jsou oddělená, suchá a lehce lesklá. Kuře je šťavnaté, krevety pružné, vejce měkké a zelenina barevná.

## Pořadí do woku

- Kuře a krevety opečte zvlášť a odložte.
- Vejce připravte před zeleninou.
- Rýži prohřejte na vysokém žáru bez omáčky.
- Dochucení a sezamový olej patří až do závěru.

# 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.

## Bezpečná práce s rýží

Uvařenou rýži rychle zchladte a uchovávejte v chladu. Při smažení ji prohřejte skrz naskrz a zbytky znovu opakovaně neohřívejte.

# Pět přímých produktových odkazů



ESSA Jasmínová rýže 1 kg

<https://www.tasteofasia.cz/p/jasminova-ryze-essa-1-kg>

Dek Som Boon Světlá sójová omáčka 1 l

<https://www.tasteofasia.cz/p/svetla-sojova-omacka-healthy-boy-1l>

Maekrua Ústřicová omáčka 300 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/ustricova-omacka-maekrua-300-ml>

Oh Aik Guan Sezamový olej 150 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/sezamovy-olej-150-ml>

Chee Seng Sezamový olej bílý 375 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/sezamovy-olej-bily-chee-seng-375-ml>

## Nejčastější chyby

- Mokrý rýže: příliš mnoho surovin nebo nízká teplota.
- Slepěná zrna: rýže byla měkká, teplá či nedostatečně rozvolněná.
- Suché kuře: zůstalo ve woku po celou dobu.
- Gumové krevety: opékaly se déle než do změny barvy.
- Přesolení: sójová i ústřicová omáčka byly dávkovány bez ochutnání.

## Kontrolní seznam

- Všechny suroviny jsou nakrájené před rozehrátím woku.
- Rýže je studená, suchá a rozvolněná.
- Bílkoviny se vracejí až při dokončení.
- Sezamový olej se přidává jen v malém množství na závěr.

## Podávání

Podávejte okamžitě, dokud jsou zrna sypká a zelenina svěží. Jarní cibulku přidejte těsně před servírováním.