

Mee Goreng

Rozšířený průvodce - přesně 3 strany



Tři podmínky správné textury

- Nudle zůstanou pružné, když je nepřevaříte a před wokem je zbavíte vody.
- Vysoký žár udrží suroviny opečené. Přeplněný wok je začne dusit.
- Omáčka má nudle obalit. Na dně nesmí zůstat vodnatá loužička.

Rozhodovací tabulka

Situace	Úprava
Nudle jsou měkké	Zkrate předvaření a po slití je rozprostřete.
Chcete jemnější verzi	Snižte sambal, ale ketjap manis ponechte.
Bez krevet	Použijte více kuřete nebo tofu a zkontrolujte složení hotové pasty.
Rychlá varianta	Použijte Mee Goreng pastu a další omáčky přidávejte až po ochutnání.

Příprava bez zdržení

- Maso a krevety osušte.
- Pevnou a listovou zeleninu držte odděleně.
- Omáčku rozmíchejte před zapnutím plotny.
- Velkou dávku rozdělte do dvou kol.

Časová osa

- 0-8 minut: nudle, krájení a omáčka.
- 8-13 minut: kuře a krevety.
- 13-18 minut: aromata, vejce a zelenina.
- 18-21 minut: nudle, omáčka a servírování.

Správné Mee Goreng je suché, voňavé a rovnoměrně obalené omáčkou.

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 lžíce ketjap manis
- 1 lžíce světlé sójové omáčky
- 1-2 lžičky sambalu
- 2 lžíce 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.

Kontrola před servírováním

Nudle jsou pružné, zelenina křupavá, kuře šťavnaté a krevety právě propečené. Omáčka vše obaluje bez přebytečné tekutiny.

Pět přímých produktových odkazů



AHG Pasta na smažené nudle Mee Goreng 50 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/pasta-mee-goreng-na-smazene-nudle-50-g>

H&S; Instantní nudle 400 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/instantni-nudle-400-g>

A-Merk Sladká sojová omáčka Ketjap Manis 250 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/sladka-sojova-omacka-ketjap-manis-250-ml>

Windmill Chilli pasta Sambal Oelek 200 g

<https://www.tasteofasia.cz/p/windmill-chilli-pasta-sambal-oelek-200-g>

Dek Som Boon Sojová omáčka světlá 300 ml

<https://www.tasteofasia.cz/p/sojova-omacka-healthy-boy-svetla-300-ml>

Nejčastější chyby

- Slepéné nudle: příliš dlouhé vaření nebo voda po slití.
- Vodnaté jídlo: nízká teplota či přeplněný wok.
- Suché kuře: zůstalo ve woku po celou dobu.
- Gumové krevety: vařily se déle než do změny barvy.
- Hořký ketjap: sladká omáčka se zahřívala příliš dlouho.

Náhrady bez ztráty charakteru

- Kuře lze nahradit tofu; opečte je zvlášť do pevné kůrky.
- Pak choi lze zaměnit za čínské zelí, ale vložte je později.
- Bez krevet zvýšte množství kuřete nebo zeleniny.

Podávání

- Doplněte limetou, okurkou, jarní cibulkou a krevetovými krekry.
- Sambal nabídněte zvlášť pro individuální pálivost.
- Zbytky rychle zchladte a při ohřevu pracujte v malé dávce.