Ëàïøà èòî ñ ìÿñîì è ðîñòêàìè áàìáóêà

500 ã ëàïøè èòî, 300 ã ôèëå òåëÿòèíû, 1 ñòàêàí êóðèíîãî áóëüîíà äàñè, 60 ã ñâåæèõ ãðèáîâ øèèòàêè, 2 ëóêîâèöû, 60 ã ðîñòêîâ áàìáóêà, 2 ïó÷êà øïèíàòà, 6 ñò. ëîæåê ðàñòèòåëüíîãî ìàñëà, 1 ñò. ëîæêà ñàêý, 1/2 ñòàêàíà ñîåâîãî ñîóñà, 1 ñò. ëîæêà êðàõìàëà, 1/2 ÷. ëîæêè ìîëîòîãî èìáèðÿ, ìîëîòûé áåëûé ïåðåö è ñîëü ïî âêóñó.

Ìÿñî ïðîìûòü, îáñóøèòü, íàðåçàòü òîíêèìè êóñî÷êà¬ìè èëè ïîëîñêàìè, ïîñûïàòü êðàõìàëîì è ïåðåìåøàòü. Ãðèáû î÷èñòèòü, ïðîìûòü è íàðåçàòü íåáîëüøèìè êóñî÷¬êàìè. Ðîñòêè áàìáóêà è øïèíàò íàðåçàòü êóñî÷êàìè äëèíîé 2-3 ñì. Î÷èùåííûé ëóê íàðåçàòü òîíêèìè ïîëóêîëüöàìè.
Ëàïó èòî ïïóñòèòü â êàñòðþëþ ñ êèïÿùåé âîäîé è âàðèòü 3-5 ìèíóò (îíà äîëæíà áûòü ñëåãêà æåñòêîâàòîé âíóòðè). Çàòåì ëàïó îòêèíóòü íà äóðøëàã, ïðîìûòü ïðîò÷íîé õîëîäíîé âîäîé, äàòü ñòå÷ü, ïîëîæèòü 1 ñò. ëîæêó ðàñòèòåëüíîãî ìàñëà è õîðîø ïåðåìåøàòü, ÷òîáû ëàïøà íå ñëèïàëàñü.
Ìÿñî ïîëîæèòü â ñêîâîðîäó ñ 4 ñò. ëîæêàìè ñèëüíî íàãðåòîãî ðàñòèòåëüíîãî ìàñëà, äîáàâèòü èìáèðü è, ïîñòîÿííî ïîìåøèâàÿ, áûñòðî îáæàðèòü íà ñèëüíîì îãíå. Ïîñëå ýòîãî âëèòü ñàêý è 2 ñò. ëîæêè ñîåâîãî ñîóñà, ïåðåìåøàòü è ìÿñî âûíóòü. Â ñêîâîðîäó âëèòü îñòàâøåñÿ ðàñòèòåëüíîå ìàñëî, åùå ðàç ñèëüíî íàãðåòü, ïîëîæèòü áàìáóê, øïèíàò, ëóê è ãðèáû è æàðèòü, ïîìåøèâàÿ, â òå÷åíèå 5 ìèíóò. Ïîñëå ýòîãî äîáàâèòü ëàïó, âëèòü ãîðÿ÷èé áóëüîí äàñè è îñòàâøèéñÿ ñîåâûé ñîóñ, ïîëîæèòü ìÿñî, ïîñîëèòü, ïîïåð÷èòü è òóøèòü äî ãîòîâíîñòè. Ïîäàâàòü â ãîðÿ÷åì âèäå.

Ïðèì÷àíèå. Ðîñòêè áàìáóêà è øïèíàò ìîæíî çàìåíèòü çåëåíîé ñòðó÷êîâîé ôàñîëüþ, çåëåíûì ãîðîøêîì èëè áîëüøèì êîëè÷åñòâîì çåëåíè ïàòðóøêè èëè óêðîïà.

leit

Ýòà ñòàòüÿ ðàñïîëîæåíà íà
Fushigi Nippon - Çàãàäî÷íàÿ ßïîíèÿ:
http://leit.ru

URL ýòîé ñòàòüè:
http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=95