

SECONDI PIATTI

Agnello con i cipollotti in stile cinese

LUOGO: Asia / Cina

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 5 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



L'agnello con i cipollotti è una tipica ricetta cinese.
Veloce da realizzare e molto gustosa.

INGREDIENTI

AGNELLO disossato e sminuzzato - 450 gr

VINO DI RISO CINESE o sherry secco - 1
cucchiaino da tavola

CIPOLLE novelle e tagliate in pezzi di 2,5
cm - 225 gr

SALSA DI SOIA 2 cucchiaini da tè

OLIO VEGETALE 300 ml

ALBUME 1

FARINA più 1 cucchiaino - 50 gr

ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè

ACQUA 2 cucchiaini da tavola

SPICCHIO DI AGLIO schiacciati - 2

PEPE BIANCO macinato fresco - ½ cucchiaini
da tè

OLIO DI SESAMO 1 cucchiaino da tè

MOSTARDA inglese - 1 cucchiaino da tavola

SALE 1 cucchiaino da tè

PREPARAZIONE

- 1 Insaporite l'agnello sminuzzato con il vino, metà del sale, il bianco d'uovo e 50 g di farina di grano, amalgamate bene gli ingredienti cosicché l'agnello ne risulti completamente ricoperto.



- 2 Scaldate l'olio in un wok fino a che inizi a fumare e aggiungetevi i pezzi di agnello.



- 3 Soffriggete per circa 2 minuti, quindi rimuovete con un cucchiaio forato e scolate su di un foglio di carta da cucina.



- 4 Buttate la maggior parte dell'olio, lasciandone circa un cucchiaio a ricoprire il wok.

Scaldare, quindi versateci le cipolle, l'aglio, il sale rimanente, lo zucchero, il pepe bianco e la salsa di soia.



5 Portate ad ebollizione. Incorporate un cucchiaino di farina di grano con due cucchiari di

acqua e aggiungetelo al wok per addensare la salsa, quindi mettete l'agnello a scaldare.



- 6 Versate a cucchiariate il preparato in un piatto da portata e cospargete con dell'olio di sesamo. Servite con della mostarda mischiata ad acqua per creare una salsa d'accompagnamento.