

SECONDI PIATTI

Carne tritata alla cinese

LUOGO: Asia / Cina

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

POLPA DI MANZO tritata - 500 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 3
cucchiaini da tavola
SPICCHIO DI AGLIO finemente tritati - 2
CIPOLLE tritate grossolanamente - 1 tazza

INGREDIENTI PER LA SALSA

SALSA DI SOIA 4 cucchiaini da tavola
MAIZENA 1 cucchiaino da tavola
ACQUA ½ tazze
ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè
SALE ½ cucchiaini da tè

PREPARAZIONE

1 Riunite in una ciotola tutti gli ingredienti elencati per la salsa ed emulsionateli fino a che

risulti una salsa omogenea.



- 2 In un wok, scaldare l'olio a fuoco vivace, quindi unire aglio e cipolla e soffriggeteli per due minuti.



- 3 Unite, quindi, la polpa di manzo tritata e soffriggete anch'essa per due minuti, sminuzzandola con un cucchiaio affinché non rimangano dei grumi grandi di carne.



- 4 Incorporate, a questo punto, la salsa preparata precedentemente e cuocete sempre a fuoco vivace per un altro minuto, mescolando costantemente. La salsa dovrebbe prendere bollore ed addensarsi.



5 Togliete il wok dal fuoco e servite la carne con del riso bollito.