

PRIMI PIATTI

Mines Frire

LUOGO: *Africa / Mauritius*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



INGREDIENTI

- 350 g di pasta cinese
- 225 g di petto di pollo senza pelle e senza ossa
- 2 salsicce cinesi al vapore
- 250 g di gamberi verdi sgusciati e svenati
- 2 uova
- 2 cucchiaini di funghi in salsa di soia
- 1 cucchiaino di salsa di pesce
- 1 cucchiaino di aglio tritato finemente
- 2 cucchiaini di sherry secco
- 1 cucchiaino di olio di sesamo
- 4 cucchiaini di olio di arachidi
- 2 spicchi d'aglio tritati finemente
- 125 g di germogli di fagioli
- 4 cipolle novelle
- sale e pepe fresco in polvere a piacere
- peperoncini rossi freschi schiacciati (facoltativo)

PREPARAZIONE

1 Cucinare la pasta in una casseruola d'acqua bollente finché diventi tenera ma soda. Scolare e sciacquare sotto l'acqua fredda. Scolare bene ancora. Lasciar riposare. Affettare il petto di pollo in pezzetti da 1/2 o 1/4 cm. Metterlo in una ciotola e aggiungere 1 cucchiaio di salsa di pesce, 1 cucchiaio di sherry secco e olio di sesamo. Aggiungere il sale e il pepe a piacere. Miscelare bene, coprire e far marinare. Sgusciare e svenare i gamberi verdi. Tagliarli in pezzi di 1/2 o 1/4 cm. Aggiungere 1 cucchiaio di sherry secco. Aggiungere il sale ed il pepe a piacere. Miscelare bene, coprire e lasciar marinare. Cuocere le salsicce cinesi a vapore finché siano ben gonfie. Lasciar raffreddare e tagliare a fettine obliquamente. Lasciar riposare. Lavare e pulire i germogli di fagioli. Rimuovere tutte le parti fibrose, scolare e lasciar riposare. Pulire le cipolle novelle e tritarle in fettine sottili. Montare le 2 uova creando un preparato per omelette. Aggiungere sale e pepe a piacere. Scaldare un wok o una casseruola per frittura ampia e aggiungere 1 cucchiaio d'olio. Spargere l'olio per ricoprire completamente il wok. Cuocere mescolando le uova. Rimuovere dalla casseruola per frittura. Lasciar raffreddare e tagliare in piccoli pezzi a vostro piacere. Rimuovere tutte le omelette cotte dal wok o dalla casseruola per frittura per evitare che il cibo da cuocervi successivamente si bruci. Scaldare metà dell'olio rimanente nel wok o casseruola a fuoco alto. Quando inizia a fare fumo, aggiungere il preparato di pollo. (Facoltativo: aggiungere i peperoncini rossi freschi schiacciati). Soffriggere per 2 minuti o fino a cottura ultimata. Scolare l'olio dai pezzi di pollo e rimuovere dal wok o dalla casseruola e mettere nel piatto. Mantenere caldo. Aggiungere l'olio rimanente al wok o nella casseruola. Scaldare fino al punto d'ebollizione e versarci l'aglio e i gamberi sgusciati. Soffriggere per un minuto o finché i gamberi siano leggermente cotti. Rimuovere i gamberi e far riposare. Mettere le salsicce cinesi affettate nella casseruola e aggiungere la pasta in maniera graduale. Miscelare bene e farla saltare prestando attenzione che non si spappoli. Gradualmente incorporare i pezzi di pollo fritti. Cospargere con 1 cucchiaio di salsa di pesce e 2 cucchiaini di funghi in salsa di soia. Gradualmente aggiungere i germogli di fagioli, le omelette affettate e i gamberi. Miscelarli bene senza spappolare né i gamberi né la pasta. Saltare finché la pasta sia scaldata completamente. Aggiungere le cipolle novelle tritate e miscelare bene. Servire immediatamente e mangiarlo caldo con chutney al pomodoro e peperoncino (chatini

pomme d'amour).