

SECONDI PIATTI

Pollo Fu Yung

LUOGO: Asia / Cina

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



INGREDIENTI

3 petti di pollo
senza pelle e tagliati a fette
50gr di farina di grano
1
2 litri di olio vegetale
10 bianchi d'uovo
leggermente sbattuti
150ml di brodo di pollo
4 cucchiaini di piselli surgelati
 $\frac{1}{4}$ cucchiaino di MSG
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di sale
2 cucchiaini di acqua

PREPARAZIONE

1 Avvolgere le fette di pollo nella farina di grano.

Scaldare l'olio in un wok. Aggiungere le fette di pollo e friggere per 1 ½ minuti. Versare i bianchi d'uovo con una velocità costante e miscelare. Quando salgono in superficie, rimuovere i bianchi ed il pollo dall'olio con un cucchiaio forato e scolare su di un foglio di carta assorbente.

Mettere il brodo di pollo, i piselli, l'MSG e il sale in una casseruola e portare a ebollizione. Miscelare 1 cucchiaino della rimanente farina di grano con l'acqua e versarla nella casseruola per far addensare la salsa. Aggiungere le fette di pollo e miscelare gentilmente insieme alla salsa. Servire immediatamente

NOTE

Tempo di preparazione: 15 minuti Tempo di cottura: 5 minuti