

Cea mai Simplă și Ușoară Rețetă Chinezească, Mâncare Chinezească cu Orez Creveți și Legume



Cea mai Simplă și Ușoară Rețetă Chinezească, Mâncare Chinezească cu Orez Creveți și Legume



Această rețetă combină aromele asiatice cu prospețimea ingredientelor, creând un preparat echilibrat și delicios. Savurați-l ca o masă principală sau ca parte dintr-un festin asiatic mai mare. Poftă bună!

- 375 ml apă rece
- 250 g orez
- 7 căței de usturoi
- 10 g ghimbir
- 1 ardei iute fără semințe
- 3 fire de ceapă verde
- 1 ceapă roșie medie/mare
- 1 legătură de pătrunjel verde
- 30-40 ml ulei fl soarelui, pentru gatit orezul cu ouăle

+ 30-40 ml ulei fl. soarelui, pentru restul de ingrediente

- 3 ouă (la 6-8 persoane)
- 250 g mix de legume (fasole verde, porumb, morcov, ardei gras roșu/verde, mazăre)
- 350 g de creveți congelați/curățați
- 20 ml sos de soia
- 20 ml sos de stridii
- 1/2 linguriță piper Sishuan proaspăt rășnit, sau piper normal
- 1 linguriță de sare, sau după gust

1. Amestecați orezul cu apa într-o oală și acoperiți cu hârtie de copt. Fierbeți la foc mediu pentru 9-10 minute.



2. Încingeți un wok și adăugați ouăle, prăjiți-le și apoi adăugați orezul peste, amestecând bine.

3. În wok, încingeți uleiul și adăugați usturoiul, ghimbirul, ardeiul iute, ceapa verde și legumele mix. Sătați pentru 2 minute.

4. Adăugați creveții și prăjiți până devin roz.



5. Adăugați sosul de stridii și sosul de soia, amestecând bine.

6. Adăugați piperul Sichuan și sarea, ajustând gustul după preferințe.

7. Opriți focul și adăugați pătrunjelul verde tocat și codițele de ceapă.



8. Serviți creveții cu orez și legume fierbinți.