

Cum sa gatim mancarea chinezeasca perfecta

written by Andreea



De multe ori mi s-a intamplat sa caut pe net diferite lucruri si sa dau peste retete chinezesti. Aproape fiecare blog culinar contine cel putin cate o reteta chinezeasca. Asta pentru ca mancarea chinezeasca place oricui si pentru faptul ca se face foarte repede. Insa, oricat de mult ne-am dori ca mancarea noastra chinezeasca sa fie la fel ca aspect si gust ca cea servita la restaurant, nu ne va reusi decat daca urmam niste reguli de baza. Dupa ce am citit pe net unele retete si am vazut modul de preparare al acelor mancaruri chinezesti, am ajuns la concluzia ca multa lume are impresia ca mancarea chinezeasca se face "cu ce ai prin frigider si prin camera". Eu nu pretind a fi maestru in mancaruri chinezesti si nici nu aspir sa devin asa ceva, insa unele mancaruri pe care le-am vazut pe net nu ai nici in clin nici in maneca cu ceea ce ar trebui sa fie la origine.

Prin urmare, rog pe toti cei care citesc aceste randuri si vor gandi "ca dau lectii ", sa nu se supere pe mine. Sunt sigura ca multi stiu cum se prepara mancarea chinezeasca si ce condimente trebuiesc pentru a o prepara, dar eu totusi doresc sa subliniez cateva lucruri de baza. Chiar daca suna urat, am sa incep cu o lista intreaga plina de NU, pentru a fi clar

inteleasa.

In primul rand, in momentul in care ne alegem ce fel de mancare chinezeasca dorim sa facem, cautam reteta. Cel mai bine e sa o cautam in mai multe locuri caci cu siguranta vom gasi mai multe variante ale unei retete, dar 2 retete sigur vor fi cel putin apropiate, in plus, mancarea noastra poate avea mai multe denumiri. Odata hotarata reteta, vom cauta sa gasim TOATE ingredientele specificate in reteta si vom respecta intocmai gramajele ingredientelor.



E bine sa incepem cu o reteta mai usoara care are mai putine ingrediente si condimente accesibile. Dupa ce suntem multumiti de rezultat, continuam cu retetele mai complicate. Condimentele se pot gasi in market-urile chinezești si uneori avem surpriza sa le gasim si in supermarket-urile obisnuite de unde ne facem cumparaturile. Eu una, mult timp nu am gasit spre exemplu sos hoisin, prin urmare, am evitat sa gatesc toate retele care contin acest sos, inlocuirea unui sos cu altul duce la un total alt gust al mancarii! Si dupa cum spuneam, iata lista cu NU:



1. NU inlocuiti ingredientele sau condimentele din retete! daca nu avem una dintre ele, mai bine nu mai facem mancarea respectiva. Am vazut de multe ori prin retete ca se inlocuieste spre exemplu sosul de soia cu sosul de rosii. Exista mancaruri chinezești care cer si ele sos de rosii, insa mare lor majoritate cer sosul de soia. Sosul de soia da gust si culoare mancarii chinezești intocmai cum face bulionul nostru, insa gustul final nu este niciodata acelasi. De asemenea, daca nu avem un condiment chinezesc in nici un caz nu inlocuim cu combinatia de gen vegeta sau delikat. De asemenea e bine sa nu cadem in capcana sosurilor: rafturile supermarketurilor sunt intesate de diferite tipuri de sosuri, e bine sa le alegem numai pe cele pe care le cunoastem si sa

nu apelam la sosurile deja combinate sau sosuri din alte tari precum cele de tipul teriaki, Worchester, tabasco, diferite tipuri de mustaruri etc..

2. NU adaugati condimente care nu sunt specificate in retete! Evitati sa puneti condimente cunoscute la noi precum cimbrul, dafinul, patrunjelul sau leusteanul. Prin adaugarea lor, veti obtine o tocanita veritabila romaneasca! Ganditi-va ca daca un chinez ar gati la nimereala sarmalele romanesti si ar inlocui cateva ingrediente, ce gust ar putea avea acestea daca in loc de ceapa ar pune ghimbir si usturoi, sau in loc de bulion ar pune sos de soia.



3. NU inlocuiti amidonul cu faina! Multi au o reticenta fata de amidonul de porumb sau de cartof, stiu ca nu e mai sanatos decat faina, insa daca reteta o cere, stie ea de ce :). Si noi toti stim ca amidonul are rolul de a ingrosa sosurile, sau adaugat la carnuri are rol de "a inchide" sucul in interiorul bucatii de carne pentru a evita uscarea acestuia in timpul gatirii.

4. NU gatiti mancarea chinezeasca mai mult decat specifica reteta! Am putea avea tendinta sa credem ca daca nu lasam mancarea pe foc mai mult, carnea va fi cruda sau legumele nefierte. Tocmai de aceea sistemul pe care se bazeaza mancarea chinezeasca se numeste "stir-fry", cunoscut sub numele de calit, sau calit la foc iute. La fel de renumit in China este si prajitul, fiertul sau fiertul in aburi. Dimpotriva, carnea si legumele sunt gatite atat cat trebuie si in nici un caz carnea nu va fi cruda! Aici trebuie sa subliniez faptul ca toata natia chineza are oroare fata de carnurile crude sau gatite prea putin si cu atat mai mult sa vada bucati mari de carne pe masa. De multe ori cand am insotit delegatii de chinezi, au fost invitati de catre companiile pentru care lucram, la restaurante tipic romanesti. Toti au spus ca mancarea romaneasca este prea grea si ca legumele si carnea sunt prea fierte sau prea prajite. Dar bineinteles ca aici

tine de modul fiecaruia de a percepe arta culinara a fiecarei tari, lucru pe care ei se pare nu l-au inteles. Oricata mancare romaneasca ar fi mancat, tot nu s-ar fi saturat caci orezul lor fiert nu poate fi inlocuit cu nimic. Am avut surpriza sa vad ca unii dintre ei isi adusesera de acasa taitei uscati pe care ii preparau cu apa fiarta, astfel mi-am dat seama ca niciodata ei nu vor putea sta departe de mancarea cu care s-au obisnuit.



5. NU adaugati la mancarurile chinezești produse lactate decat daca cere reteta! NU caliti legumele in unt, nu adaugati lapte la sosuri si cu cea mai mare seriozitate va spun sa nu faceti greseala de a inlocui branza tofu cu branza noastra romaneasca! Nu mi-ar fi trecut prin cap sa va atrag atentia asupra acestui lucru daca nu as fi vazut intr-o reteta pe care cineva care pusese in loc de tofu un soi de feta si pretindea ca e mancare chinezeasca. Si daca tot suntem aici, tin sa va spun ca toti chinezii au o mare reticenta fata de tot ceea ce se numeste "branza" din orice lapte ar fi, iar la ei nimic nu se numeste toufu daca nu e facuta din boabe. Denumirea acestui toufu pe care il stim noi este de fapt doufu 豆腐 si are sensul de "boaba fermentata" sau "boaba descompusa".



Cat am stat in China am dus dorul branzei si al cascavalului caci rar il puteam gasi, iar daca exista (doar in hipermarket-uri! si bineinteles ca de import) erau extrem de scumpe! 100g in jur de 7 dolari :(. Trebuie sa spun, China este deficitara la consumul de lapte, prin urmare multi au probleme cu calciul si isi fac rezerve din suplimente de calciu sau consumand foarte multe oase de pasari. Cred ca multi ati vazut tot felul de retete din carnuri cu oase cu tot, sau prin galantarele chinezești diferite capatani si gheare de pui si rate. Oricat de oripilati am fi, in China acestea reprezinta o delicatasa si sunt foarte hranitoare pentru chinezi. Pentru un chinez

branza din lapte in primul rand are un miros foarte urat, contine foarte multe grasimi si il ingrasa. De aici putem trage simplu concluzia ca in nici un caz nu vom gasi in magazinele chinezești produse lactate precum smantana, mascarpone sau feta. Iaurturile sunt foaaaarte diluate, cam cum e Sana la noi si fie ca au sau nu fructe, toate sunt dulci! Pana si marca Danone care se gaseste si la ei, este modificata sub denumirea □□ si chiar daca nu are fructe, are un mare continut de zahar, fiind bineinteles consumat mai mult ca desert. La fel am gasit un fel de branzeturi topite dar toate sub varianta "light" si cu gust cam de cauciuc :).



6. NU evitati ghimbirul! Radacina de ghimbir este aproape nelipsita din bucataria chinezeasca si da un gust specific si aparte mancarii chinezești. Niciodata nu adaugati praf de ghimbir daca nu specifica reteta, optati pentru varianta naturala caci se gaseste in mai toate supermarket-urile din Romania.

7. NU compuneti singuri mancaruri! Principiul de baza al mancarii chinezești nu sta in a toca ce legume gasim prin frigider si a le cali in tigaie. Desi tendinta este de a pune la un loc legume cat mai colorate care sa dea bine in tigaie, nu toate se asorteaza si la gust. Asa cum la noi un anumit tip de carne se potriveste cu un anumit tip de vin de struguri, acelasi lucru se intampla si cu legumele si carnea in varianta chinezeasca.



8. NU adaugati la mancaruri macaroane sau taitei de faina daca reteta specifica taitei de orez! Fiecare dintre noi cunoaste textura taiteilor din faina. Chinezii folosesc si ei destul de mult faina in taiteii din supe, la painicile fierte in aburi, la placintele sau prajituri. Insa de asemenea folosesc si faina din orez. Aceasta faina, in contact cu apa si caldura are o textura glutinoasa si lipicioasa, diferita de faina de

grau. De asemenea, veti avea surpriza sa vedeti ca unele retete cer taitei din mazare sau alte cereale. Vor fi greu de gasit la noi daca nu aproape inexistente, prin urmare putem folosi cu toata increderea taiteii de orez, sau cum se mai numesc ei, Vermicelli.



9. NU fierbeti orezul mai mult decat trebuie, nu adaugati sare, condimente sau ulei la orezul alb fiert! Acesta se consuma ca atare alaturi de mancarurile cu sos si serveste in loc de paine. La origine, orezul se fierbea in abur in cosuri de bambus sau alte tipuri de cosuri, in felul acesta capata un gust aparte. In zilele noastre exista oale electrice speciale in care se fierbe acest orez. In lipsa acestor accesorii, putem fierbe fara probleme orezul in apa, iar dupa ce a scazut apa, il putem clati usor in apa rece daca dorim sa fie mai pufos, insa nu este necesar.



Inchei aici lista cea urata cu NU-uri de teama sa nu va plictisesc prea tare. Tin totusi sa spun ca fiecare dintre noi are dreptul sa adauge in mancarurile sale ce ingrediente si condimente doreste, dupa gust sau dupa pofta, insa e bine sa ii anuntam pe cei carora le impartasim reteta ca ne-am abatut de la reteta de baza si ca gustul nu va fi cel veritabil. Apropo de gust veritabil, exista restaurante cu specific chinezesc de la noi din tara care au mancaruri chinezești, insa gustul seamana cu orice alta mancare, numai cea chinezeasca nu. Intr-o zi cand am poposit intr-unul dintre aceste restaurante am avut ocazia sa discut cu bucatarul, un roman care facuse cursuri de arta culinara in China. Omul stia foarte bine ca mancarurile pregatite de el nu sunt veritabil chinezești, mi-a spus ca doar doreste sa aiba aspect asiatic si un usor gust chinezesc, dar nimic mai mult. Cand l-am intrebat de ce a apelat la aceasta metoda, mi-a spus ca mancarurile sale au mult mai mare succes asa decat cele gatite

intocmai dupa reteta chinezeasca.

Acestea toate fiind zise, va urez spor la gatit si cat mai multe satisfactii culinare! ☐

