

Placintele chinezești cu carne

written by Andreea



Iaca după atatea sărbători, mă întorc la wok-ul chinezesc, căci taaare mult mi-a lipsit! Dar ce vorbesc eu despre wok aici? Azi nu folosim wok-ul, dar gătăm tot chinezeste. Servim aceste plăcinte delicioase renumite în zona de nord a Chinei și foarte renumite și în zona cea mai de sud a Chinei, zona Guangzhou. În bucătăria cantoneză, ele fac parte din preparatele gen “dim sum”, preparate care au în componența lor diferite tipuri de aluaturi din făină de grâu, fierte sau prajite.

Avem nevoie de:

300 g făină de grâu

170 ml apă caldă

250 g carne de porc

3 foi varză chinezească

3 fire de ceapă verde

1 bucată de ghimbir

3 căței de usturoi

2 lingurițe amidon

2 lingurițe sos de soia

1 linguriță vin de orez

1 linguriță ulei de susan

1 praf sare

1 praf piper

cca 100 ml ulei pentru prajit



mai întâi de toate punem la fiert o oală cu apă, când apa a fiert scufundăm pentru 2 minute foile de varză



le scoatem din apa, le scurgem bine de apa, dupa care le tocam marunt, tocam si ceapa verde marunt



tocam marunt usturoiul si ghimbirul



tocam carnea de porc si adaugam peste ea sarea, piperul, amidonul, sosul de soia, vinul de orez si uleiul de susan



adaugam peste carne ceapa, varza tocata si scursa bine de apa, usturoiul si ghimbirul



amestecam totul foarte bine pentru a obtine o pasta consistenta. Este foarte important ca pasta noastra sa nu lase lichid, daca este prea moale, atunci mai adaugam un pic de amidon. Lasam compozitia deoparte si ne ocupam de aluat.



pe masa de lucru cernem faina si facem in centrul ei o gropitza, adaugam apa calda



incepem sa amestecam faina cu apa pana obtinem un aluat elastic care nu se mai lipeste de maini, il lasam sa se odinheasca 10 minute



rupem din aluat bucati de marimea unui ou



turtim cu podul palmei bucata de aluat, dupa care o intindem usor cu sucitorul



luam cam o lingura din compozitia de carne si o asezam in centrul cercului de aluat



incepem si strangem marginile aluatului



formand intr-un final o bocceluta de aluat umplut



intoarcem bocceluta invers, astfel incat inchizatura ei sa vina pe masa de lucru



turtim usor bocceluta cu podul palmei



si cu ajutorul sucitorului indem usor de tot aluatul pentru a
forma o placintica, avand grija sa nu apasam prea tare pe
aluat, astfel incat sa nu iasa umplutura afara



vom obtine o placintica relativ subtire cam cat o farfurioara
pentru ceasca de ceai



continuum cu restul de aluat si compozitie pana terminam de
facut toate placintelele. Incingem uleiul in tigaie si prajim
placintelele pe ambele parti la foc mic pana aluatul se
rumeneste, presand din cand in cand pe aluat cu ajutorul unei
lopatzele de bucatarie pentru a ajuta si carnea din compozitie
sa se gateasca



le scoatem pe un servetel de bucatarie dupa care le servim
imediat



le putem servi alaturi de sos de soia, sau pasta de ardei iute
si boabe de soia



garnisite cu ceapa verde



sau cu sosuri dulci



dar neaparat calde!



reprezinta un aperitiv grozav la o masa chinezeasca



sau pot fi servite la pranz



adevarat va spun si nu va mint,



sunt un deliciu!



Enjoy!

Despre condimentele chinezesti-sosul de soia

written by Andreea



Ar fi trebuit sa incep cu aceasta postare mai demult, insa nu m-am gandit ca o mica discutie pe tema sosurilor si uleiurilor chinezesti poate fi atat de importanta. Asa ca astazi m-am decis sa va spun cateva lucruri despre sosurile pe care le folosesc eu la mancarurile chinezesti, importanta lor si pe unde le-am gasit. Intr-o postare ulterioara vor urma celelalte ingrediente chinezesti, precum si mai multe vorbe despre taitei, si legumele specifice mancarurilor chinezesti.

Incep cu cel mai important sos

Sosul de soia



este absolut necesar si nelipsit din bucataria chinezeasca.

Este un sos obtinut din boabe de soia fermentate, pregatit apoi cu apa si sare. De aceea gustul sau este usor sarat, uneori prea sarat incat nu mai este nevoie sa adaugam sare la mancarea noastra. Boabele de soia se lasa la fermentat dupa care sunt presate in prese speciale. Din ele se obtine un lichid care se pastreaza si o materie densa care va constitui hrana furajera pentru animale. Lichidul pastrat se amesteca cu apa si sare (uneori si cu alte cereale), se prepara in vase speciale si se obtine sosul de soia. Sosul de soia este cunoscut sub doua denumiri: **sos de soia light si sos de soia dark**



Sosul de soia light este un sos lichid ca o apa, brun deschis, cu gust sarat obtinut din prima presare a boabelor de soia. Da o usoara culoare mancarii si gust placut. Se foloseste la orice mancare pe baza de legume sau carne, la orez si la taitei.



Se gaseste la orice supermarket, in sticle mai mici de 250-300 ml, sau in sticle mai mari de 1 l, gasit in general in magazinele chinezești, Dragonul Rosu sau Ki-Life. Gustul, in general este cam acelasi peste tot, insa concentratia de sare poate diferi, astfel ca va sfatuiesc, ca inainte de a-l adauga la mancare sa il gustati pentru a va da seama cat de multa/putina sare sa puneti in mancare.

Sosul de soia dark (foto stanga)



este un sos "imbatranit" nu atat de sarat precum sosul light, cu o consistenta mai groasa, usor vascoasa, asemanatoare cu cea a uleiului. Necesita un proces mai indelungat de preparare prin dubla fermentare, are un gust mai pronuntat decat cel light si o culoare mult mai densa datorita melasei adaugate in procesul de pregatire, intocmai pentru a-l deosebi de sosul light.



Am pus pe o farfurie cate o picatura din fiecare pentru a observa mai bine diferenta intre ele. Sunt sosuri diferite si nu se inlocuiesc in mancare unul cu celalalt. Sosul dark folosit in locul celui light va colora mult prea mult mancarea, dandu-i un aspect intunecat si neplacut ochiului. In plus, mancarea va capata un gust usor amarui. Daca totusi se intampla sa nu aveti in casa decat sos dark si deloc sos light, il puteti dilua usor cu apa pana la consistenta dorita, dar gustul mancarii nu va mai fi acelasi. Ca sa facem o comparatie mai clara, este precum la noi sucul de tomate si pasta de tomate.



Spre deosebire de sosul light, sosul dark se foloseste mai mult in timpul procesului de gatire, atunci cand aroma sa se imprastie datorita caldurii degajate de wok, in timp ce sosul light se poate adauga si la sfarsit. Ambele sosuri sunt accesibile ca pret si se pot gasi in orice supermarket.



Alune picante in stil chinezesc

written by Andreea





Din ciclul “dar noi ce mai rontzaim azi?”...iaca niste alune prajite cum numai chinezii stiu sa faca. Cam calorice ele ce e drept, dar sunt tare bune si placute la gust. Chinezii au sunt mari fani de alune, mai ales ca la ei se gasesc cateva zeci de soiuri de alune pe care le gatesc in fel si chip. La inceputul mesei, in loc de aperitiv, (sa ne intelegem ! :)), chinezii nu servesc aperitive de genul tartine, sandwich-uri si alte foietaje), ei servesc cateva alune in general prajite, sau fierte, sau murate! Mai putin le pun la prajituri, caci, dupa cum spuneam in postarea **Despre desertul chinezesc** , nu prea le au ei cu facutul prajiturilor.



Ne trebuiesc urmatoarele:

150 g alune de pamant crude, cu cojita maronie

1/2 lingurita sare

1/2 lingurita amestec chinezesc 5 spice (5 arome)

1 lingurita piper Sichuan

5-6 ardei iuti uscati (sau mai multi daca va lasa inima)

100 g ulei de arahide sau ulei vegetal



reteta este valabila si pentru alunele fara cojita maronie, insa traditional asa se servesc, in aceasta hainutza. In plus, daca le servim asa vor fi mai aromate, deoarece sarea si condimentele se vor lipi de cojita si astfel, vor avea mai multa savoare. Bineinteles ca le puteti face in cuptor si nu prajite, insa astazi eu am facut reteta traditionala. punem alunele intr-un castron, iar peste ele turnam apa cat sa le acopere, le vom lasa asa 5 minute.



le scoatem din apa, le scurgem, dupa care le punem pe un prosop sa se zvante usor (trebuie sa fie doar umede pentru ca sarea si condimentele sa se lipeasca de cojita maronie)



le punem inapoi in castronul zvantat si el si le amestecam cu sarea si condimentul 5 spice (un amestec de scortisoara, fenicul, turmenic, anason stelat, coaja de portocala, se gaseste la orice supermarket chinezesc). Despre piperul Sichuan am vorbit si in postarea **Furnici in copac**.



intr-o tigaie incingem uleiul de arahide si cu maaaare grija punem alunele la prajit (**sa nu uitam ca alunele au stat in apa, grija mare sa nu fie vreo picatura de apa printre alune!** apa in contact cu uleiul ce reactie poate avea!).



le lasam sa se prajeasca la foc mediu amestecand cu o spatula usor de tot sa nu dezlipim cojita de pe ele. Le supraveghem indeaproape, deoarece se pot arde intr-o clipa! Le prajim in jur de 3 minute, dupa care unele dintre ele vor incepe sa se crape in doua si sa sara intocmai ca floricelele de porumb. In acest moment adaugam piperul Sichuan si tecile de ardei iute uscat. Nu va sperati, 5 teci de ardei iute nu sunt asa mult, alunele vor fi usor picante. Pentru varianta hot, puneti 10 ardei.



mai prajim pret de 1 minut dupa care le scoatem pe un servet de bucatarie sa absoarba tot uleiul



le servim dupa ce s-au racit



deasupra putem presara cateva seminte de susan



sunt tare gustoase



usor picante si parfumate



data viitoare am sa le fac in cuptor



sper sa va placa!



Enjoy!

Pui cu bambus in sos alb

written by Andreea



De ceva timp incoace tot vreau sa postez reteta asta si parca nu mai apuc. Este o reteta pe cat de simpla, pe atat de delicioasa. Desi nu are un sos tocmai alb, asa cum am putea gasi in bucataria europeana, este considerat totusi alb, avand in vedere ca in bucataria chinezeasca, mai toate sosurile se incadreaza intr-o gama care porneste de la rosu si se termina la brun inchis.

Ingredientele sunt urmatoarele:



- 1 piept de pui
- 70 g bambus din conserva, lamele
- 150 ml supa de pui
- 1 bucata ghimbir
- 2 catei de usturoi (am uitat sa-i pun in foto cu ingredientele) □
- 1 fir ceapa verde
- 2 lingurite amidon
- 2 linguri sos de soia
- 2 lingurite vin de orez
- 2 lingurite ulei vegetal
- 1 lingurita ulei de susan
- 2 lingurite zahar
- 1 lingurita sare
- 3-4 urechi de lemn (optional)

(in foto cu ingredientele ati vazut probabil si niste urechi de lemn, sunt optionale, prin China am vazut acest fel de

mancare si cu urechile respective si fara; deci nu stiu sa va spun care este varianta originala, oricum, aceste ciupercute nu schimba radical gustul mancarii, ci doar ii dau o nota mai eleganta. Eu nu le-am folosit, am vrut sa obtin un sos clar si cat mai alb). Despre bambus am mai vorbit, gasiti mai multe in

Ciuperci cu bambus .

pieptul de pui il taiem fasii, nu foarte subtiri



peste el punem 1/2 lingurita sare, o lingura sos de soia, o lingurita vin de orez, 1 lingurita amidon si lasam la marinat 20 de minute



intre timp pregatim celelalte legume: taiem ghimbirul fasiute



partea alba de la ceapa fasiute mai lungi



partea verde o pastram pentru garnisit, o taiem oblic in fasiute nu foarte lungi



in supa de pui punem restul de ingrediente, adica: 1/2 lingurita sare, zaharul, lingura de sos de soia, restul de amidon si uleiul de susan



intr-o tigaie punem o lingurita de ulei vegetal si prajim fasiile de pui, le scoatem din tigaie si le lasam deoparte



in wok cealalta lingurita de ulei punem la calit partea alba de la ceapa si ghimbirul taiat fasiute



le calim cateva secunde dupa care adaugam si cei 2 catei de usturoi zdrobiti (nu ii vom lasa in mancare pana la sfarsit, ei au doar rolul de a aromatiza uleiul, ii vom scoate din tigaie inainte de a adauga restul de legume)



dupa ce am scos usturoiul, adaugam lamelele de bambus si mai calim pret de 1 minut



adaugam apoi si fasiile de pui prajite



urmeaza supa de pui cea condimentata



mai lasam cateva secunde pana sosul format se ingroasa si este gata



garnisim cu ceapa verde si servim



Enjoy!

Supa chinezeasca iute acrisoara 汤

written by Andreea



Supa chinezeasca iute acrisoara 汤, cunoscuta si sub numele de hot and sour soup, este o supa bogata si consistenta. Aroma iute este data de piperul alb, iar gustul acrisor este dat de otetul de vin. Culoarea specifica supei este roscata usor spre maroniu, datorita sosurilor de soia light si dark.

Exista mai multe variante ale acestei supe, deci condimentele pot varia, insa piperul alb si otetul de vin sunt ingrediente de baza ale acestui deliciu. Exista de asemenea si varianta fara carne si fara ou, (pe blog varianta de supa iute acrisoara cu taitei) deci puteti transforma cu succes aceasta supa intr-o masa de post. Astazi insa va redau varianta traditionala pe care eu am savurat-o de multe ori in restaurantele chinezesti.

Nu uitati ca ma puteti gasi si pe Instagram pentru mai multe retete si Story-uri dragute :).

- Ingrediente:
- 500ml supa clara de pui
- 150 g piept de pui taiat fasii subtiri
- 100 g toufu taiat bastonase
- 50 g muguri bambus taiati fasii subtiri
- 5 ciuperci Shiitake uscate
- 1 bucata mica de ghimbir
- 1 ou
- 1/2 lingurita piper alb
- 1 lingurita zahar
- 1/2 lingurita sare
- 2 lingurite sos de soia light
- 1 lingurita sos de soia dark
- 2 lingurite otet de vin
- 2 linguri amidon
- 1 lingurita ulei de susan
- ceapa verde

Pentru ca aceasta supa contine mai multe elemente, vreau sa vi le prezint aici pe rand.



Supa iute acrisoara

In primul rand, otetul de orez negru. Este foarte asemanator la gust cu otetul balsamic, insa nu recomand sa il inlocuiti caci are un gust special. El da nota acrisoara acestei supe.



Sosul de soia light. Are un gust usor sarat si da savoare acestei supe



Sosul de soia dark. Este mult mai inchis la culoare si are o consistenta vascoasa. Da culoare mancarii si un gust mai pronuntat.



Uleiul de susan. Este un ulei din susan prajit, are un gust

foarte pronunat si se foloseste in general la sfarsitul mancarii pentru a-si pastra aroma. Daca este pus la inceput, isi pierde gustul in timpul gatirii.



Piperul alb. Este complet diferit de piperul negru, ca si aroma si va recomand sa il folositi pe acesta in aceasta supa. El este cel care da nota iute si picanta in aceasta supa. Deci neaparat sa il folositi!



Ciupercile Shiitake uscate. Se folosesc intotdeauna hidratate, iar apa in care stau si se hidrateaza capata un gust puternic de ciuperci. In general aceasta apa nu se arunca, ci se foloseste ca supa de baza pentru mancaruri. In cazul nostru, aici se va amesteca impreuna cu supa clara de pui.



Dupa ce s-au rehidratat, aruncam piciorusul ciupercilor caci este lemnos si nu se poate consuma, si taiem ciupercile feliute.

Acum ca avem toate ingredientele pregatite, putem sa incepem sa pregatim supa:

Asezam pe foc o oala in care turnam supa clara de pui. Apa in care au stat ciupercile NU o aruncam, ci o amestecam cu supa de pui, fierbem totul la foc mic impreuna cu bucatile de carne de pui taiate fasii.



Pe deasupra se va forma o spuma albicioasa pe care o indepartam cu ajutorul unui polonic. Aceasta este de fapt proteina carni ce apare la suprafata.



Adaugam pe rand bucatile de muguri de bambus taiate fasii si ciupercile Shiitake, dupa care adaugam sosurile, sarea, otetul de vin.



condimentam cu sare, zahar si piper alb



Adaugam doufu taiat bastonase



dizolvam amidonul in cateva lingurite de apa rece si il adaugam la supa



lasam cateva secunde sa fiarba pana se ingroasa supa, dupa care adaugam in fir subtire oul batut.



Stingem focul, adaugam uleiul de susam la final. Punem supa in boluri individuale, garnisim cu ceapa verde.



Supa iute acrisoara

Este o supa delicioasa, potrivita pentru zilele friguroase de iarna sau pentru atunci cand simti ca esti racit.



Supa iute acrisoara

Enjoy!



Vita cu ardei si broccoli

written by Andreea



Iata si prima mea reteta cu carne de vita. Nu stiu de ce nu am postat pana acum, caci uitasem de-a dreptul ca bucatarii chinezi pregatesc din acest tip de carne niste mancaruri delicioase. Am inceput cu ceva simplu si tare bun.

Ingrediente:

300 g muschi de vita
1 ardei gras rosu
un buchet mai mic de broccoli
1 fir de ceapa verde
1 bucata ghimbir
2 catei de usturoi
3 linguri ulei vegetal
1 lingurita otet de vin
2 lingurite sos de soia
2 lingurite vin de orez
1 lingurita ulei de susan
1 lingurita amidon de porumb sau cartofi
1 lingurita seminte de susan
un praf de sare



taiem fasiute subtiri carnea de vita, o asezam intr-un castron, iar peste ea punem mai intai sarea, amidonul, 1 lingurita vin de orez, 1 lingurita sos de soia



tocam marunt ghimbirul si ceapa (vom folosi numai partea alba de la ceapa) si usturoiul, iar jumatate din cantitatea lor o adaugam la amestecul de carne, amestecam totul si lasam la marinat pentru 15 minute.



intre timp taiem ardeiul gras si il punem de o parte, pregatim o oala cu apa si sare, desfacem broccoli in buchetele mai mici si cand a fiert apa, adaugam broccoli in oala cu apa, lasam asa 5 minute; scoatem broccoli din apa si il punem la scurs.



Intr-un castronel, pregatim un sos din: uleiul de susan, restul de sos de soia, otetul de vin si restul de vin de orez



Intr-o tigaie incingem 2 lingurite de ulei vegetal si punem carnea de vita marinata



calim carnea cateva minute, dupa care o scoatem si o lasam
deoparte



in wok incingem lingurita de ulei vegetal ramasa, adaugam
restul de ceapa, usturoi si ghimbir, calim cateva secunde,
dupa care adaugam ardeiul gras taiat fasiute



mai calim cateva secunde, dupa care adaugam inapoi carnea
pregatita inainte, mai calim cateva secunde



acum adaugam si buchetelele de brocoli



iar peste toate turnam sosul pregatit mai devreme



dupa inca cateva secunde totul este gata, putem servi



se poate servi alaturi de orez fierbinte, sau in boluri
individuale pe pat de taitei
deasupra presaram semintele de susan



si servim cat mai repede! ☐
Pofta buna!