

Micul dejun chinezesc

written by Andreea



În China micul dejun nu reprezintă un moment important al zilei. Deși se trezesc devreme, chinezii nu acordă multă atenție mesei de dimineață, chiar dacă au mai mult timp la dispoziție. De obicei, chinezul modern își cumpără în drum spre serviciu sau școală diverse produse care pot fi mâncate repede și care în același timp să fie și satioase. Micul dejun se servește în China începând cu ora 7 și rareori depășește ora 8:30. Tipul de masă american "brunch" nu își are locul aici și nici nu este privit cu ochi buni.

Chiar dacă nu a apucat să manance o masă mai consistentă de dimineață, chinezul va suporta cu stoicism senzația de foame până la ora 11:30 când va începe prânzul, masă cea mai bogată și masă principală a zilei.



Cum restaurantele sunt extrem de numeroase în China, micii vânzători cu tarabe încearcă să le facă concurență, vânzând pe stradă produse proaspete și gătite pe loc sub ochii cumpărătorilor. Astfel, în orice moment al zilei, strazile sunt întesate cu tarabe fixe sau montate pe carucioare mari care oferă clienților produse ieftine și accesibile.

Deși considerat frugal, micul dejun chinezesc este unul foarte caloric. În general se consumă diferite tipuri de terci din orez, care pot fi dulci cu fasole și fructe confiate sau saramate cu carne și mazare ("congee" sau englezescul "porridge")

Terci de orez cu pui și mazare (rețeta curând)



sau terci de orez cu ciuperci (rețeta o găsiți **AICI**)



de asemenea se mai consumă ouă fierte sau **omleta cu ceapă verde AICI**



sau omleta cu roșii (rețeta o găsiți **AICI**).



Aluaturile prajite sunt și ele foarte apreciate:
gogosele din făină de orez glutinos cu pasta de fasole roșie și susan



turtite cu ceapă verde (rețeta AICI), sau baghete prajite.



Clatite chinezești picante cu ceapă verde și ardei iute, rețeta **AICI**



Produsele mai ușoare care pot fi consumate dimineață sunt painicile fierte în aburi și chiflele umplute cu legume sau carne fierte în aburi. Uneori aluaturile saramate prajite sau fierte în aburi sunt însoțite de sos de soia, sau chiar pasta de ardei iute.



Fructele, dulceata de fructe si cafeaua nu sunt agreate de catre chinezi dimineata, iar despre mezeluri si branzeturi nici nu poate fi vorba! De baut, ei prefera in general un pahar de lapte din soia sau o cana mare de ceai verde.

Enjoy!

Turtite chinezești dulci cu dovleac și pasta de fasole roșie 🍂🍂🍂

written by Andreea



Deși chinezul este deschis la suflet și ar găsi în orice moment un prilej de sărbătoare, poate împrumuta cu ușurință Craciunul, Anul Nou, Sf. Valentin, (chiar și Pastele! 🐣), însă când este vorba despre Halloween, nu prea! Asta pentru că această sărbătoare implică vrajitoare, stafii, spirite rele, Necuratul, draci, morți și alte chestii de care chinezul este oripilat pe deplin! Prin urmare, chinezul “uită” de această sărbătoare și își vede mai departe de viața lui fericită.

Nici eu nu mă dau în vânt după Halloween, dar profit de această perioadă când dovleacul este mai bun ca niciodată și va prezintă unul dintre putinele dulciuri tradiționale pe care chinezul le servește cu mare plăcere. Despre dulciuri am mai vorbit într-o postare pe la începuturile blogului meu :), adică în postarea asta , și ca și atunci spun că dulciurile în general sunt prajite, foarte dulci și cam ciudate pentru

gustul unui european. Dar astazi va spun ca turtitele astea sunt preferatele mele. Ce-i drept, nu le gaseam prin toate restaurantele chinezesti, dar acolo unde le gaseam, comandam cate 2 portii ca sa fiu sigura ca ma satur de ele ☐

Prepararea in sine, este foarte usoara, insa mai complicat este la pasta de fasole dulce. Daaa, fasole! La dulciuri!

Adica asta!



Pasta de fasole dulce se gaseste in China si in America la conserve deja preparata, eu una nu am gasit asa ceva in magazinele chinezesti, asa ca mi-am preparat-o singura acasa.

In China, traditional se prepara in casa, dar ca in orice timpuri moderne, mai rapida e varianta din magazin ☐ Ea reprezinta un fel de umplutura universală pentru dulciuri (sau inghetata! ☐ dar asta e un subiect pe care o sa-l tratam aparte), asa ca luati bine aminte la pasta asta caci o sa o folosim mult si bine de aici incolo la dulciurile noastre chinezesti. ☐

Revenim la turtitele noastre delicioase:



Ne trebuiesc urmatoarele:

150 g pulpa dovleac de placinta

200 g faina de orez

150 g zahar

4 lingurite seminte susan

ulei pentru prajit

iar pentru pasta de fasole:

1 cutie fasole rosie boabe (350g)

150 g zahar

1 lingurita ulei vegetal

Mai intai taiem dovleacul, il curatam de coaja si de seminte



il taiem bucati si il punem la fiert pe aburi (nu fiert in apa, nu copt!)



intre timp pregatim pasta de fasole rosie:scurgem bine de tot fasolea din conserva



o maruntim bine de tot in blender pana obtinem o crema. Crema obtinuta o trecem printr-o strecuratoare fina pentru a scapa de toate cojile boabelor de fasole.



acest proces necesita mai multa rabdare, insa rezultatul va fi unul bun. Dupa ce pasam toata pasta de fasole, vom obtine o pasta usor rozalie spre lila, cremoasa si foarte fina.



turnam pasta intr-o craticioara si o amestecam cu zaharul



punem craticioara pe foc si amestecam continuu, avand grija ca pasta sa nu se lipeasca de fundul craticioarei



amestecam continuu pana pasta incepe sa se ingroase



pe moment ce lichidul din pasta scade, pasta se va ingrosa si va capata o culoare rosiatica



cand pasta se ingroasa si incepe sa se lipeasca de peretii craticioarei, adaugam lingurita de ulei, amestecam bine si luam pasta de pe foc. O lasam sa se raceasca complet.



pasam cu furculita dovleacul gatit pe aburi si racit



adaugam zaharul



si apoi faina de orez



in functie de consistenta dovleacului s-ar putea sa mai fie nevoie sa mai adaugam faina de orez. Ideea e sa obtinem un aluat neted, moale si nelipicios



din aluatul obtinut formam bilute de marimea unei mingi de ping-pong



luam fiecare biluta de aluat in parte, o aplatizam cu podul palmei dupa care facem o adancitura in mijlocul ei, astfel incat aluatul sa capete o usoara forma de palariuta



in golul palariutei punem cate o lingurita de pasta de fasole rosie



inchidem palariuta dandu-i din nou forma de mingiuta de ping-pong



aplatizam usor cu podul palmei fiecare mingiuta, pana obtinem o turtita



trecem toate turtitele prin susan



dupa care le prajim in ulei incins



le scoatem pe servetele de bucatarie



le asezam pe platouase si farfurioare cum stim noi mai bine



ne minunam un pic de frumusetea lor



dupa care le savuram



textura e in felul urmator: crocante pe dinafara



aluatul este dens si lipicios, glutinos



intervine pasta de fasole rosie, ai putea jura ca e ciocolata!



navaleste gustul de dovleac delicios



si totul devine simfonie! □



sper sa va placa



Enjoy!

Costite chinezești de porc ☐☐



written by Andreea



Este o rețetă foarte răspândită în zona de sud a Chinei, un fel de mâncare delicios pregătit de bucătarii chinezi cu mare grijă și răbdare. Specific acestei rețete este sosul care compune marinada pentru carne, un sos închis la culoare, dulce ușor picant și foarte aromat.



Avem nevoie de:

4 costite de porc iar pentru marinada:

- 5 lingurițe de miere
 - 4 linguri sos de soia light
 - 4 linguri de sos de soia dark
 - 2 lingurițe sos hoisin
 - 2 lingurițe de sos de prune
 - 1 linguriță amestec chinezesc 5 spice
 - 2 lingurițe vin de orez
 - 1 linguriță piper alb
 - 2 lingurițe ulei de susan
 - 2 catei de usturoi pisati
- Mod de preparare:

amestecam bine de tot toate ingredientele pentru marinada, adaugand uleiul de susan si usturoiul la sfarsit. Acest tip de marinada se poate folosi cu succes si la carne de pui, in special pulpe si aripi. **Condimentul 5 spice este un amestec de scortisoara, fenicul, turmenic, anason stelat, coaja de portocala si se gaseste la orice supermarket chinezesc sau in supermarket-urile obisnuite. Sau il puteti face singuri acasa daca aveti toate ingredientele. Acest condiment l-am mai folosit si la Alunele picante in stil chinezesc.**



Vom obtine un sos inchis la culoare si destul de gros.



Luam costitele de porc si le ungem bine pe toate partile cu acest sos, dupa care le lasam la marinat.



Marinam costitele in acest sos pentru 5 ore, sau peste noapte, lasandu-le la frigider. Cel mai bine este sa le punem intr-o punguta tip ziplock. Din cand in cand mai putem sa agitam punga pentru ca sosul sa patrunda foarte bine in carnitza de pe costite.



Scoatem costitele din marinada si le punem pe gratarul incins.



Dupa 15 minute intoarcem costitele pe cealalta parte avand grija sa le ungem mereu cu sosul ramas.



Vom repeta operatiunea pana ce terminam tot sosul. In total, va dura cam 1 ora.



Scoatem costitele pe un platou



ne minunam de opera noastra de arta



chemam si pe cei ai casei, prieteni, rude si ce mai avem ☐



chemam si vecinii daca nu au aparut deja



si le servim alaturi de sos de soia amestecat cu usturoi pisat
si ceapa verde.



Enjoy!

Turtite chinezești cu ceapa verde ☐☐☐

written by Andreea



Vi s-a intamplat vreodata sa uitati sa faceti un lucru foarte important pur si simplu pentru ca ati avut altele pe cap? Mie da, mi s-a intamplat. Spre exemplu am uitat sa postez

turtitele acestea minunate. Povestea incepe asa: intr-o dimineata, pe cand mergeam la servicii, am simtit venind dintr-o bucatarie un miros de ceapa era un miros stiu cum sa va descriu. Probabil ca la ora aceea, oricui i s-ar parea ciudat mirosul de ceapa prajita... Exact in momentul acela gandul m-a dus la aceste turtitele cu ceapa pe care le savuram cu cea mai mare placere in China. Acesta a fost micul meu dejun si uneori si gustarea la pranz pentru vreo 2 ani de zile in Shanghai. Verile in Shanghai sunt de-a dreptul infernale! Pe langa faptul ca este foarte cald, aerul este foarte umed si irespirabil, creand o senzatie de sauna continua. Ca sa va faceti o idee cam cum e vremea, va spun ca pe timp de vara, o bluza spalata si intinsa pe sfoara se usuca in 2-3 zile! Abia mai pe dimineata se racoreste usor si poti iesi cu incredere din casa sa te plimbi. Asa ca imi facusem obicei sa ies dimineata devreme, inainte sa ajung la cursuri, pentru a respira aer cat de cat mai curat si sa trec pe langa chioscul din strada unde se preparau cele mai bune turtite cu ceapa. Si pentru ca marfa era putina, iar chinezii multi, vanzatorul mereu oprea pentru mine cate 2 turtite cu ceapa, asteptandu-ma tacticos sa vin in fiecare dimineata. Dar asta se intampla numai vara, caci iarna nu ieseam asa de devreme din camera. Iarna ma incalzeam cu un terci de orez dulce cu fructe confiate. O bunatate! Sper sa gasesc reteta la el, caci era delicios!



Insa o relatie si mai aproape cu aceste turtite am stabilit-o in momentul in care a venit o prietena chinezoaica la mine la camin ca sa gatim. Ea mi-a aratat cum se fac aceste turtite. Si acum imi vine sa rad cand imi aduc aminte ca am cumparat vreo 3 tigai speciale pentru plita electrica din camin. Afurisita de plita vroia numai un anume tip de tigaie sau de oala (pe care bineinteles ca niciodata nu il nimeream! ☹), iar daca puneai pe ea alt tip, plita puiua in fel si chip minute in sir pana se inchidea singura. Tigaia nepotrivita nici macar nu se incingea pe acea plita! Si intr-un final,

cand am nimerit tipul de tigaie potrivit pentru plita, am uitat-o intr-o seara in bucatarie, iar a doua zi disparuse :)). De ciuda, n-am mai cumparat alta, dar macar am folosit-o pe aceea de 2 ori: o data pentru niste snitele care s-au ars prea tare si le-am aruncat (!!) si o data pentru ... cu ceapa! Si acum iar ma umfla rasul cand imi aduc aminte ca nu aveam sucitor pentru intins aluatul si ca atunci am folosit noi o sticla de bere (goala, evident!) pentru a intinde bietele turtite. Acum, dupa atata timp, fac aceste turtite la mine in bucatarie si uneori ma surprind zambind cu gandul la acele trecem la reteta:



200 g faina de grau
120 g apa clocotita
1 legatura ceapa verde
1/2 lingurita sare
2 lingurite ulei de susan

3 linguri ulei vegetal pentru prajit

Intr-un castron amestecam faina cu sarea, adaugam putin cate putin apa (s-ar putea sa nu fie nevoie de toata apa, depinde de tipul de faina)



amestecam cu grija cu o spatula sau o lingura,



pana obtinem o biluta de aluat elastica si moale.



O lasam deoparte, acoperita cu un prosop pentru 15 minute. Dupa aceea modelam din ea un sul cam de 12 centimetri lungime



Taiem sulul de aluat in parti egale



vom obtine 6 bucatele de aluat pe care le vom transforma in
mingiute



luam o mingiuta de aluat si o indindem cu sucitorul intr-o
foaie foarte subtire



cu ajutorul unei pensule de bucatarie ungem suprafata foi cu
ulei de susan



taiem ceapa verde in bucati



si presaram foaia de aluat



rulam foaia de aluat intocmai ca pe o clatita, obtinem un
rulou ca acesta



rulam bucata de aluat, dandu-i o forma de melc



iar peste melcul format trecem usor sucitorul, astfel incat
sa obtinem o turtita cam cat palma noastra



prajim in uleiul incins turtitele pana acestea se rumenesc



dupa care le scoatem pe servetele de bucatarie



le servim cat sunt calde



alaturi de un sos dulce sau picant



dar neaparat calde sa fie!



si cum mai exact se servesc? :))



se ia o bucata :))



se trece prin sos :))



mai departe! Se savureaza fara mila!



Enjoy!

Cartofi picanti chinezești   



written by Andreea



I'm back!   M-am mai visez la zilele minunate petrecute in Belgia si tot oftez uitandu-ma la poze, dar incerc sa ma consolez cu faptul ca am ramas cu niste amintiri placute. Am sa va impartasesc din experienta mea in zilele ce urmeaza, acum repede repejor sa va povestesc despre o alta minune culinara chinezeasca. Ziceam mai demult printr-o postare de **Pui cu curry si caju** cum ca prietenia dintre chinez si cartof nu este una foarte stransa, dar din cand in cand se mai intampla ca un cartof sa nimereasca prin farfuria chinezului :). Asa se intampla si astazi cand chinezul, in special cel din zona Sichuan, prefera cartoful stir fry, deci CALIT ci nu PRAJIT . Pentru el, cartoful prajit este doar un snack inventat de occidentali care nu-si are locul intr-un meniu chinezesc. De-a lungul timpului insa, s-a multumit sa pregateasca cartoful astfel incat sa nu fie nici prea fiert, nici prea prajit, ci oarecum crocant, dar patruns si numai bun de mancat.

Pentru cine e iubitor de cartof si nu are idee cum sa-l mai pregateasca, iata aici o idee:



1 cartof mare (de preferat unul mare ca sa iasa feliile cat
mai egale)
sau 2 cartofi mijlocii

1 ardei verde gras
2 catei de usturoi
3 ardei uscati iuti
1 lingurita boabe piper Sichuan
1/2 lingurita sare
2 lingurite ulei
2 lingurite vin de orez alb (alcool de gatit, dar alb sa fie!)
mai intai taiem cartoful in felii rotunde



dupa care taiem feliile in bastonase subtiri, mai subtiri decat cele pentru prajit, le trecem printr-un jet de apa rece si le stergem cu un prosop de bucatarie



ardeiul gras in taiem fasiute



in wok punem la incins uleiul si adaugam boabele de piper Sichuan, le lasam cateva secunde sa aromatizeze uleiul, timp in care isi vor schimba culoarea



le scoatem din tigaie si adaugam tecile de ardei iuti



le lasam cateva secunde (deschideti geamul si luati o gura mare de aer caci va veni un miros puternic si iute din wok! :)))), apoi adaugati usturoiul tocat



adaugati si cartofii pai



si ii caliti pana vor capata o culoare aurie placuta



adaugati apoi fasiile de ardei verde



mai caliti 1 minut dupa care potriviti de sare



adaugati si vinul de orez (el va inmuia cartoful, dar nu foarte mult)



transferati pe un platou si serviti imediat



garnisiti eventual cu cateva fire de ceapa verde



cartoful reloaded in stil chinezesc ☐



are o textura tare interesanta



si un gust aparte



sper sa va placa!



Enjoy!

Pui cu curry si caju ☐☐☐

written by Andreea



Este una dintre cele mai bune si mai simple mancaruri chinezesti! Desi despre curry nu putem spune ca este un ingredient reprezentativ pentru China, el totusi se foloseste si aici. Am putea numi acest fel un tip de mancare “modern” deoarece, el cu siguranta este un imprumut in bucataria chineza, cel mai probabil din Japonia sau India. Prin urmare, nu este o mancare traditional chinezeasca, insa se regaseste din ce in ce mai mult pe mesele chinezilor printre celelalte

tipuri de mancaruri. Ceea ce este atipic chinezesc la acest fel de mancare este in primul rand pasta curry si in al doilea rand, cartoful. Daca ati observat, chinezul nu se da in vant dupa cartof, si in general gateste destul de putin aceasta leguma. Asta pentru ca el considera cartoful ca fiind prea satios, socotind ca nu se potriveste nicicum cu orezul, in plus, continutul de amidon creste vertiginos intr-o astfel de combinatie culinara. Cu toate acestea, chinezul nu uraste cartoful, ci il combina din cand in cand cu diverse alte legume sau carne. Prima data am mancat acest tip de mancare in Cambogia si mi-a placut tare mult. Atunci cand m-am intrors in China am descoperit cu mare bucurie ca si chinezii pot prepara mancarurile pe baza de curry la fel de bine ca si vecinii lor! Va asigur ca si voua o sa va placa la fel de mult, mai ales ca toate ingredientele sunt accesibile, odata ce ati gasit si pasta de curry, sau praful de curry. Daca totusi nu gasiti pasta de curry, atunci puteti inlocui cu incredere 3 lingurite praf de curry amestecat cu 1 lingurita de amidon.

Ne trebuiesc urmatoarele:



1 piept de pui dezosat
3 cartofi medii
1 morcov
1 ceapa alba
50 ml ulei
3 linguri pasta de curry verde
100 ml apa
1 mana nuci caju
Morcovii si cartofii ii taiem in feliute subtiri



puiul in fasii, iar ceapa in cubulete



intr-o tigaie prajim in ulei fasiile de pui, pana se rumenesc usor, le scoatem pe un servet de bucatarie si le punem deoparte



in wok incingem o lingurita de ulei si adagam cartofii,
morcovii si ceapa



le prajim usor cateva minute pana ce cartoful capata o culoare
aurie placuta



adaugam si bucatile de pui prajite



stingem totul cu apa si lasam cateva secunde



pasta de curry este aceasta. Am gasit-o in Mega Image si desi
aceasta este de origine japoneza, va sfatuiesc sa o luati cu
cea mai mare incredere caci are un gust veritabil de curry
verde si nu foarte iute. Are exact gustul pe care mi-l
amintesc eu in acele mancaruri. Daca totusi nu gasiti pasta de
curry, atunci amestecati 3 lingurite de praf curry cu 1
lingurita amidon si adaugati-le amestecului din tigaie, si
amestecati pana ce sosul se ingroasa.



acest curry nu este aproape deloc picant asa ca puteti adauga
chiar mai mult daca va place.



mai lasam totul pe foc pana se ingroasa sosul



dupa care adaugam nucile caju si stingem focul



amestecam usor cu spatula si gata



putem servi



putem face o exceptie sa il servim alaturi de o portie de
orez, sau chiar sa-l consumam ca atare



este atat de bun incat o sa mai doriti o portie!



iar nucile caju ii dau o nota aparte!



un deliciu!



Enjoy!