Ëàïøà óäîí ñ êóðÿòèíîé è îâîùàìè

200 ã ëàïøè óäîí, 250 ã êóðèíîãî ôèëå, 1 ìîðêîâü, 1 êàðòîôåëèíà, 1/2 ñòó÷êà ñëàäêîãî êðàñíîãî ïåðöà, 1 ëóêîâèöà, 1 çóáîê ÷åñíîêà, 2 ñò. ëîæêè ðàñòèòåëüíîãî ìàñëà, 2 ñò. ëîæêè èçìåëü÷åííîãî çåëåíîãî ëóêà, 1 1/2 ÷. ëîæêè ñîåâîãî ñîóñà, 1/2 ÷. ëîæêè ìîëîòîãî ñâåæåãî èìáèðÿ, ñîëü ïî âêóñó.

Îâîùè î÷èñòèòü è âûìûòü. Ìîðêîâü íàðåçàòü ïîëîñêàìè òîëùèíîé 2-3 ìì è äëèíîé 3-5 ñì. Ñëàäêèé ïåðåö ìåëêî íàðåçàòü, à êàðòîôåëü è êóðÿòèíó íàðåçàòü êóáèêàìè ñî ñòîðîíû 1 ñì. Î÷èùåííûé ëóê èçìåëü÷èòü, à ÷åñíîê ðàñòîë÷ü.
Â áîëüøóþ êàñòðþëþ ñ ðàçîãðåòûì ðàñòèòåëüíûì ìàñëîì âñûïàòü ëóê è ÷åñíîê è, ïîìåøèâàÿ, îáæàðèòü äî çîëîòèñòîãî îòòåíêà. Çàòåì äîáàâèòü îñòàëüíûå îâîùè è êóðÿòèíó è, ïîìåøèâàÿ, ïîäæàðèâàòü, ïîêà ìÿãêî íå íà÷íåò ïîäóìÿíèâàòüñÿ. Ïîñëå ýòîãî äîáàâèòü ñîåâûé ñîóñ è èìáèðü, ïåðåìåøàòü, âëèòü 3/4 ñòàêàíà âîäû, íàêðûòü êðûøêîé è, ïåðèîäè÷åñêè ïîìåøèâàÿ, òóøèòü, ïîêà îâîùè íå ñòàíóò ìÿãêèìè, à ñîóñ íå çàãóñòååò. Â êîíöå ïîñîëèòü.
Ëàïøó âñûïàòü â ïîäñîëåííóþ êëÿùóþ âîäó, ïîâàðèòü 2-3 ìèíóòû, îòêèíóòü íà äóðøëàã, ïðîìûòü è äàòü ñòå÷ü. Ïîñëå ýòîãî ëàïøó ïåðåíæèòü â êàñòðþëþ ñ îâîùàìè è ìÿñîì, õîðîøî ïåðåìåøàòü è ïîòóøèòü íà ñëàáîì îãíå åùå 3-4 ìèíóòû. Ïîäàâàòü íåìåäëåííî.

leit äëÿ Fushigi Nippon - Çàãàäî÷íàÿ ßïîíèÿ // ßïîíñêàÿ êóõíÿ

Ýòà ñòàòüÿ ðàñïîëîæåíà íà
Fushigi Nippon - Çàãàäî÷íàÿ ßïîíèÿ:
http://leit.ru

URL ýòîé ñòàòüè:
http://leit.ru/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=329