




Egzotyczny gulasz wieprzowy z szynki

 25 min.

 4 os.

 430 kcal/os.

 6.30/0s.

Składniki

- szynka wieprzowa bez kości - 1/2 kg
- fix do potraw chińskich - 1 opak.
- marchewka - 1 szt.
- papryka czerwona konserwowa - 1 opak.
- biały ryż - 300 g
- olej - 3 łyżki
- papryka żółta - 1 szt.
- czarnuszka - 2 łyżki
- cebula czerwona - 2 szt.
- szczypior - 1 pęczek
- czosnek - 3 ząbki
- mąka ziemniaczana - 2 łyżki
- sól, pieprz

Sposób przygotowania

Umyte mięso pokrój w paski, oprósz mąką i podsmażaj na oleju do uzyskania rumianego koloru (ok. 10 min).

Marchewkę i paprykę pokrój w cienkie słupki, cebulę w piórka, a czosnek i szczypior posiekaj. Smaż chwilę na patelni.

Przygotuj gulasz. Fix do potraw chińskich wymieszaj z wodą, dodaj do mięsa i gotuj przez 10 minut. Po tym czasie dorzuć posiekane warzywa i duś kolejne 15 minut.

Ugotuj ryż zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Przypraw go czarnuszką i szczypiorkiem. Na talerzu zrób kopczyk z ryżu (brzegi i dno kubka posmaruj oliwą, włóż ryż i dociśnij do brzegów, następnie lekko potrząsając, wysuń ryż na talerz). W oddzielnej miseczce podaj gulasz. Obok połóż warzywa. Smacznego!