

www.detkityumen.ru

ФУНЧОЗА, МЯСО и КАБАЧКИ!



Где готовим?

Плита

Ингредиенты:

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Фунчоза 100 гр.

Говядина 300 гр.

Шампиньоны 100 гр.

Кабачки 150 гр.

Морковь 1 шт.

Лук 0,5 шк.

Перец чили по вкусу.

Имбирь 10 гр.

Овощной бульон 150 мл.

Соевый соус 5 ст./л.

Подсолнечное масло 30 мл.

Соль по вкусу.

Приготовление:

Иногда хочется поужинать с экзотическими блюдами. И вот вспомнился рецепт, отлично подходящий для такого случая. Это богатое и вкусное блюдо с фунчозой, мясом и овощами, которое напоминает о его азиатском происхождении. Готовится оно быстро и легко, нужно заранее нарезать полосками все ингредиенты, из которых состоит блюдо, и приготовить их в сковороде. Обалденный вкус этому блюду придают ароматы имбиря, чили и других овощей. Вам остается только насладиться этой лапшой с мясом и овощами!

Чтобы приготовить фунчозу с мясом и овощами, необходимо начать с подготовки всех ингредиентов, которые будут последовательно готовиться на сковороде. Нужно нарезать мякоть телятины на тонкие полоски примерно

по 0,5 см. Очистить имбирь и нарезать полосками. Лук порезать полукольцами. Морковь вымыть, почистить и нарежьте ее тонкой соломкой. Перец чили порезать на небольшие полоски, изначально удалив семена. Грибы очистите от земли и нарезать их дольками. Кабачки вымыть и порезать соломкой, при этом использовать только внешнюю часть, так как она более жесткая и во время жарки будет сохранять форму.

Далее необходимо в сковороде нагреть подсолнечное масло. Потом добавить имбирь, лук и перец чили, дать им обжариться в течение двух-трех минут на среднем огне, чтобы они отдали свои ароматы маслу. Затем выложить кабачки, морковь и продолжать готовить около 4 минут. Потом добавить грибы и готовить 3-4 минуты. В это время в овощной бульон нужно влить столовую ложку соевого соуса, перемешать, влить смесь в сковороду с овощами и продолжать готовить, пока жидкость не выпарится. Немного нужно посолить, но учитывать, что еще будет добавляться соевый соус.

Теперь нужно выложить ломтики мяса и готовить, пока мясо не станет мягким.

Тем временем необходимо фунчозу залить кипяченой горячей водой и оставить на 5 минут, после чего лапшу промыть холодной водой.

Когда мясо приготовится, нужно выложить лапшу в сковороду и хорошо перемешать с овощами и мясом, затем добавить соевый соус и готовить около 2-3 минут на сильном огне. Когда все будет готово, подавать рисовую лапшу с мясом и овощами в горячем виде. Приятного аппетита!!!

18.09.2020

[alexa1982](#)

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/recipe/761/