PETITE GOURMETS

ÇIN

Çin Usulü Mapo Tofu

İpeksi tofu ile otantik Sichuan Mapo Tofu tarifi, baharatlı doubanjiang sosunda. Kıyma ve uyuşturucu Sichuan biberi ile 30 dakikada hazır.

12 min	18 min	30 min	4	Medium
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 500 g tofu soya peyniri
- 100 g kıyma
- 3 yemek kaşığı kanola yağı
- 1 çay kaşığı kavrulmuş susam yağı
- 1 yemek kaşığı soya sosu
- 450 ml su
- 3 diş sarımsak
- 5 taze soğan
- 6 dilim taze kök zencefil
- 1 yemek kaşığı mısır nişastası
- 1 çay kaşığı şeker
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 yemek kaşığı pul biber

Yapılışı

1. **Tofuyu hazırlayın**

   500g yumuşak tofuyu 2cm (3/4-inç) küpler halinde kesin, kırılmayı önlemek için nazikçe tutun. Büyük bir tencerede suyu yüksek ateşte kaynatın, 1 çay kaşığı tuz ekleyin, sonra tofu küplerini ekleyin. Hafifçe sertleştirmek ve fazla nemi almak için 2 dakika haşlayın. Delikli kaşıkla nazikçe süzün ve kağıt havlu üzerine bir kenara koyun.

2. Küçük bir kasede 1 yemek kaşığı mısır nişastasını 3 yemek kaşığı soğuk suyla karıştırın, topak kalmayacak şekilde tamamen pürüzsüz olana kadar çırpın. Bu karışımı bir kenara koyun.

3. **Prepare aromatics**

   3 diş sarımsak ve 5g taze zencefili çok ince doğrayın. 6 dilim yeşil soğanı ince yuvarlaklar halinde kesin, beyaz ve yeşil kısımları ayırın.

4. **Eti pişirin**

   Bir wok veya büyük tavayı çok sıcak olana kadar orta-yüksek ateşte ısıtın. 1 yemek kaşığı yağ ekleyip kaplayacak şekilde çevirin. 100g domuz kıyması ekleyin ve pembe kısım kalmayacak şekilde kavrulup çıtır olana kadar kaşıkla parçalayarak 3-4 dakika soteleyin.

5. Kıymayı wokun bir tarafına itin. Boş alana 1 yemek kaşığı doubanjiang (fermente fasulye ezmesi) ekleyin ve yağ kırmızı olup ezme çok kokulu hale gelene kadar 1-2 dakika kızartın.

6. Woka doğranmış sarımsak, zencefil ve yeşil soğanın beyaz kısımlarını ekleyin. Her şeyi karıştırın ve çok aromatik olana kadar 30 saniye pişirin.

7. **Sosu oluşturun**
   450ml tavuk suyunu dökün ve şiddetli kaynama getirin. 1 çay kaşığı soya sosu, 1 çay kaşığı şeker ve 1 çay kaşığı biber yağı ekleyin. Ateşi ortaya düşürün ve lezzetlerin kaynaşması için 2-3 dakika kaynatın.

8. Haşlanmış tofu küplerini kaynar sosun içine nazikçe kaydırın. Tofunun kırılmasını önlemek için karıştırmak yerine arada tavayı nazikçe sallayarak 3-4 dakika pişirin.

9. **Bitirin ve servis yapın**
   Nişasta karışımını bir kez daha karıştırın, sonra kenarlardan nazikçe karıştırırken kaynar sosun içine yavaşça damlatın. Sos koyulaşıp parlak hale gelene kadar 1 dakika pişirin.

10. Ateşten alın ve 1 yemek kaşığı susam yağı gezdirin. Üzerine öğütülmüş Sichuan biberi ve yeşil soğanın yeşil kısımlarını serpin. Buharda pişmiş pilavla hemen servis yapın.

Besin Değerleri

380	22g	12g	28g	3g	4g	1,200mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Tofu küplerini yemeğe eklemeden önce tuzlu kaynar suda 2 dakika kısaca haşlayın. Bu dokuyu hafifçe sertleştirip pişirme sırasında kırılmayı önlerken kalan acılığı giderir.

Sichuan biberlerini kuru tavada 30 saniye kokulu hale gelene kadar kavurun, sonra taze öğütün. Önceden öğütülmüş biberler uyuşturucu güçlerini çabuk kaybeder ve otantik mala hissiyatını sağlamaz.

Doubanjiang'ı yağda orta-düşük ateşte kırmızı rengini salıp kokulu hale gelene kadar yaklaşık 2-3 dakika pişirin. Bu kavrulma işlemi sosun derin, kompleks lezzet tabanını geliştirmek için çok önemlidir.

Sosu kademeli olarak koyulaştırmak için soğuk su veya et suyuyla hazırlanmış nişasta karışımı kullanın. Topaklanmayı önlemek ve tofuyu düzgün kaplayan parlak, yapışkan kıvamı elde etmek için karıştırırken yavaşça ekleyin.

Tofuyu ekledikten sonra ateşi hafif kaynatma halinde tutun. Şiddetli kaynama narin küplerin parçalanmasına ve ipeksi, bütün parçalar yerine hamur gibi doku oluşmasına neden olur.

Servis etmeden hemen önce biber yağı ve taze öğütülmüş Sichuan biberi serpiştirimini yapın. Bu son ekleme, yemeğin sunumunu yükselten aromatik üst notalar ve görsel çekicilik sağlar.

Tuz eklemeden önce sosu tadın, çünkü hem doubanjiang hem fermente siyah fasulye önemli tuzluluk katar. Sodyum seviyeleri markalar arasında dramatik şekilde değişebilir, bu yüzden baharatı her zaman en sonda ayarlayın.