PETITE GOURMETS

ÇIN

Kung Pao Tavuk

Yumuşak tavuk, Sichuan biberçikleri, fıstık ve baharatlı sosla otantik Kung Pao Chicken tarifi. 40 dakikada hazır - evde restoran kalitesi!

20 min	20 min	40 min	4	Easy
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 2 yemek kaşığı soya sosu
- 2 yemek kaşığı balzamik sirke
- 2 yemek kaşığı pudra şekeri
- 2 yemek kaşığı mısır nişastası
- 8 tavuk incik
- 1 çay kaşığı soğan tozu
- 3 yemek kaşığı kanola yağı
- 5 pul biber
- 1 dilim taze kök zencefil
- 3 diş sarımsak
- 6 taze soğan
- 6 dolmalık biber
- 1 bardak yerfıstığı
- 1 tutam tuz

Yapılışı

1. **Sosu hazırlayın**

   Bir kasede 2 yemek kaşığı soya sosu, 2 yemek kaşığı Çin siyah sirkesi, 2 yemek kaşığı şeker, 2 yemek kaşığı mısır nişastası ve 1 su bardağı suyu topaksız ve pürüzsüz olana kadar çırpın. Bir kenara koyun.

2. **Tavuğu hazırlayın**

   Tavuğu henüz doğranmamışsa 2.5 cm küpler halinde kesin. Bir kasede 1 tatlı kaşığı soğan tozu ve bir tutam tuzla eşit şekilde kaplanana kadar karıştırın.

3. **Tavuğu pişirin**

   Büyük bir wok veya tavada 3 yemek kaşığı yağı parıldayana kadar orta-yüksek ateşte ısıtın. Tavuğu ekleyin ve altın kahverengi olup tamamen pişene kadar (iç sıcaklık 74°C/165°F) 5-6 dakika wokta karıştırın. Bir tabağa aktarın.

4. **Aromatikleri kavurun**

   Aynı woka 5 kurutulmuş biber ve 8 Sichuan biberçiği ekleyin. Kokulu olana ve biberler hafif koyulaşana kadar 30-60 saniye wokta karıştırın.

5. Woka 1 dilim zencefil (kıyılmış) ve 3 diş sarımsak (kıyılmış) ekleyin. Kokulu olana kadar ama kahverengi olmayacak şekilde 30 saniye wokta karıştırın.

6 **Add vegetables**

Woka 6 parça biber ve 6 parça yeşil soğan ekleyin. Biberler yumuşak-çıtır ve parlak olana kadar 2-3 dakika wokta karıştırın.

7 **Birleştirin ve koyulaştırın**

Hazırlanmış sosu woka dökün ve sürekli karıştırarak kaynatın. Sos kaşığı kaplayacak kadar koyulaşana kadar 1-2 dakika pişirin.

8 Pişmiş tavuğu woka geri koyun ve tavuk ısınıp sosla eşit şekilde kaplanana kadar 1 dakika her şeyi birlikte karıştırın.

9 **Serve**

Servis tabaklarına aktarın ve buharda pişmiş pilavla birlikte hemen servis yapın.

Besin Değerleri

285	28g	12g	15g	3g	6g	680mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Tavuğu eşit pişme ve her lokmada optimal doku sağlamak için tek tip 2.5 cm'lik parçalar halinde kesin.

Woku ısıtmadan önce tüm malzemeleri hazırlayın, çünkü başladığınızda wok pişirme çok hızlı gerçekleşir.

Sichuan biberçiklerini diğer malzemeleri eklemeden önce kuru tavada 30 saniye kavurun, böylece aromatik özelliklerini artırın.

Çin siyah sirkesi bulamazsanız, benzer derinlik için pirinç sirkesi veya kaliteli balsamik sirke kullanın.

Tavuk pişirirken tavayı aşırı doldurmayın - düzgün kavrulma elde etmek için gerekirse gruplar halinde pişirin.

Tavuğu geri eklemeden önce sosun kaynar hale gelmesini bekleyin, böylece düzgün koyulaşır ve her şeyi eşit şekilde kaplar.

Ekstra çıtırlık için fıstıkları dokularını korumak için pişirmenin son dakikasında ekleyin.

Kurutulmuş biber ve Sichuan biberçiği miktarını değiştirerek acılık seviyesini damak zevkinize göre ayarlayın.