

Kiniška antiena su daržovėmis



Gaminimas

Antienos gabaliukus sumaišyti su „Teriyaki“ padažu, pagardinti druska ir palikti valandai pasimarinuoti (pamarinavau iš vakaro, kad grįžusi iš darbo galėčiau gaminti). Pasimarinavusius antienos gabaliukus iš visų pusių apvolioti krakmole ir vartant iškepti keptuvėje su įkaitintu aliejumi.

Daržoves supjaustyti plonais šiaudeliais. Keptuvėje įkaitinti aliejų, sudėti paprikas, kepti maišant kelias min, toliau dėti porus su česnakais – pakepti kelias minutes, ridikėlius – taip pat kelias minutes ir kopūstų lapus. Pagardinti daržoves druska. Kai kopūstų lapai suvys, sudėti į daržoves iškepusią antieną, supilti „Teriyaki“ padažą, citrinos sultis, sezamų aliejų ir maišant dar minutę pakaitinti.

Patiekti antieną su daržovėmis su ryžiais ir sezamų sėklomis.

Skanaus!

Už receptą dėkojame Balta lėkštė.

[Atgal į receptų sąrašą](#)



INGREDIENTAI

340 g	Lapino puotos ančių kulšelių mėsos
žiupsnelis	druskos
2 v.š.	Teriyaki padažo
4 v.š.	Kukurūzų arba bulvių krakmolo
kepimui	aliejaus
	Daržovėms:
pagal poreikį	poro baltosios dalies
2 skiltelės	česnako
1	aitriosios paprikos
0,5	raudonos paprikos
5	ridikėlių
5	lapinio kopūstų lapų (kale)
kepimui	aliejaus
žiupsnelis	druskos
4 v.š.	Teriyaki padažo
1 v.š.	skrudintų sezamų aliejaus
	Patiekimui:
2 v.š.	skrudintų sezamų sėklų
2 pakelių	virtų ryžių