АЗБУКА ВЕРЫ



Китайский салат с грибами эноки

Китайский салат с грибами эноки – материал раздела «Азбука рецептов» православного портала «Азбука веры».

Оригинал и другие материалы: azbyka.ru/recept/kitajskij-salat-s-gribami-enoki

«Азбука веры» – некоммерческий просветительский проект, все материалы которого доступны бесплатно. Поддержать портал: azbyka.ru/kak-pomoch

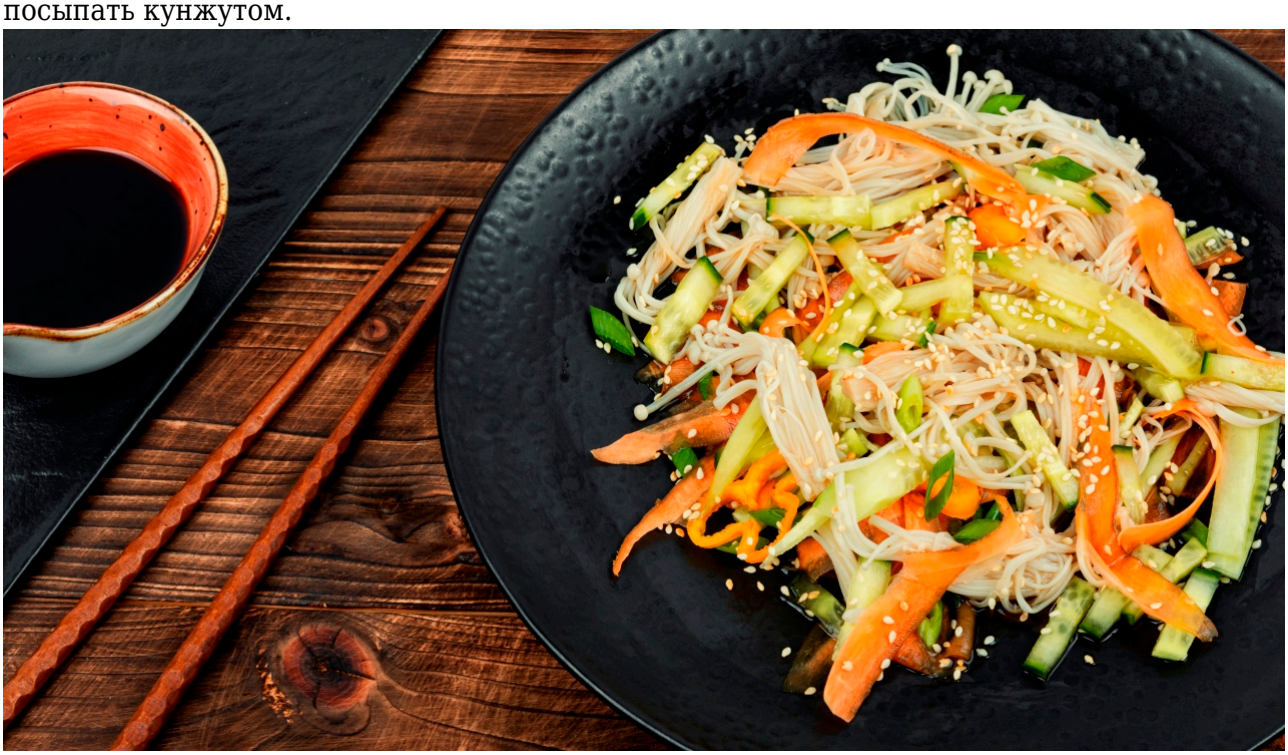
Китайский салат с грибами эноки

Ингредиенты

- грибы эноки - 1 упаковка,
- огурцы - 2 шт.,
- красный болгарский перец - 1/4 шт.,
- светлый соевый соус - 1 ст. ложка,
- яблочный или рисовый уксус - 1 ч. ложка,
- сахар - 1 ч. ложка,
- соль - 1/8 ч. ложки,
- чеснок - 1 зубчик,
- кунжутное масло - 1/2 ч. ложки,
- обжаренный кунжут для подачи.

Приготовление

1. Вскипятить воду в небольшой кастрюльке.
2. У грибов удалить жёсткое основание и промыть их.
3. Выложить промытые эноки в закипевшую воду и варить 2 минуты — они должны слегка размягчиться, но сохранить упругость.
4. Сразу же снять кастрюльку с огня, слить воду и промыть грибы холодной водой.
5. Промытые грибы аккуратно отжать от лишней влаги и разделить на отдельные грибы.
6. Огурцы и болгарский перец помыть и нарезать соломкой.
7. Подготовленные грибы, огурцы и перец сложить в салатник и перемешать.
8. Чеснок очистить, ополоснуть и измельчить.
9. В небольшую миску влить кунжутное масло, соевый соус и уксус, добавить сахар, соль и измельчённый чеснок.
10. Перемешать всё до растворения сахара.
11. Салат непосредственно перед подачей полить полученной заправкой, перемешать и посыпать кунжутом.



Спасибо, что читаете вместе с «Азбукой веры».

Другие материалы раздела – azbyka.ru/recept

Поддержать портал – azbyka.ru/kak-pomoch