CHİKUZENNİ

www.asyagurme.com

300 Gram Tavuk Göğüs, Kuşbaşı doğranmış
1 Adet Havuç, Dilimlenmiş
4 Adet Kurutulmuş Şitake Mantarı, İnce dilimlenmiş
8 Adet Yeşil Fasulye, Ayıklanmış, dilimlenmiş
1 Tatlı Kaşığı Ayçiçek Yağı
1 Su Bardağı Su, (200ml)
1 Çay Kaşığı Balık Tozu (Hon-Dashi)
1 Yemek Kaşığı Esmer Şeker
2.5 Yemek Kaşığı Soya Sosu
1 Yemek Kaşığı Pirinç Sirkesi

Kurutulmuş mantarları yaklaşık 1 saat suda bekletin. Suda beklettiğiniz mantarları yıkayın ve suyunu iyice süzün. Fazla suyunu elinizle sıkın. Mantarların sap kısımlarını ayırın ve ince şeritler halinde kesin.
Ayçiçek yağını wok tavada ısıtın. Kuşbaşı doğranmış tavukları ilave edin ve yaklaşık 2-3 dakika soteleyin. Ardından havuç ve yeşil fasulye dilimlerini ilave edip, 1 dakika boyunca sotelemeye devam edin. Son olarak mantarları ekleyin ve tüm malzemeleri 1 dakika daha soteleyin.
1 su bardağı su ile birlikte 1 çay kaşığı balık tozunu wok tavaya ilave edip, kapağını kapatın ve 10 dakika boyunca orta dereceli ateşte pişmeye bırakın. Ardından şekeri, pirinç sirkesini ve soya sosunu wok tavaya ilave edip, iyice karıştırın. Tekrar kapağını kapatın ve 5 dakika daha pişirin.
Wok tavanın kapağını kaldırın. Tavuklar ve sebzeler wokta kalan suyu hafifçe çekene dek tahta bir kaşık yardımıyla yemeği karıştırarak pişirmeye devam edin. Yaklaşık 1-2 dakika sonra ocağın altını kapatın ve kayık tabakta servis edin.

Not: Bu yemek adını Japonya'nın Kyushu adasının kuzeyindeki Chikuzen bölgesinden almaktadır. "Ni" ise ağır ateşte pişirmek anlamına gelmektedir.

© lezzetler.com tarif no:124348 • adı:Chikuzenni • gönderen:zeytin ağacı • indirme tarihi:07.05.2024 - 12:03