



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU PAD THAI

www.asyagurme.com

130 Gram Pirinç Noodle
1 Adet Tavuk Göğüs, (yaklaşık 1 su bardağı) İnce dilimlenmiş
2 Adet Yumurta
4 Diş Sarımsak, İnce kıyılmış
4 Adet Yeşil Soğan, Parçalara kesilmiş
1 Su Bardağı Soya Filizi
1 Çay Bardağı Kavrulmuş Yer Fıstığı, Doğranmış
2 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı
Pad Thai Sosu için:
4 Yemek Kaşığı Balık Sosu
1 Yemek Kaşığı Demirhindi Ezmesi, 4 yemek kaşığı sıcak su ile sulandırılmış
4 Yemek Kaşığı Esmer Şeker
1 Yemek Kaşığı Lime Suyu
1 Yemek Kaşığı Pirinç Sirkesi
1 Yemek Kaşığı Sriracha Acı Biber Sosu
Üzeri için:
1 Avuç Taze Kişniş, İnce kıyılmış
Lime dilimleri

Pirinç noodleları geniş bir kaseye alın ve üzerine sıcak su ilave edip, noodlelar yumuşayana dek yaklaşık 1 saat bekletin. Ardından suyunu süzün ve bir kenarda bekletin. (Paketin üzerindeki pişirme talimatlarını kontrol etmeyi unutmayın.)

Sosu hazırlamak için bir kasede balık sosu, sulandırılmış demirhindi ezmesi, toz şeker, lime suyu, pirinç sirkesi ve acı biber sosunu çırpılarak karıştırın. Hazırladığınız sos karışımını bir kenarda bekletin.

Ayçiçek yağını wok tavada orta dereceli ateşte ısıtın. İnce kıyılmış sarımsakları ilave edip, aroması çıkana dek yaklaşık 5-10 saniye soteleyin. Ardından ince dilimlenmiş tavukları ilave edin ve rengi dönene dek yaklaşık 1-2 dakika soteledikten sonra bir spatula yardımıyla tavadaki malzemeleri bir kenara itin. Oluşan boşluğa yumurtaları kırın ve çırpılarak karıştırın. Yumurtaları 30 saniye kadar karıştırarak pişirdikten sonra suyu süzölmüş noodleları ilave edin ve 2 dakika kadar tüm malzemeleri sotelemeye devam edin.

Hazırladığınız sos karışımını wok tavaya ilave edin ve tüm malzemeleri güzelce karıştırın. Yüksek ateşte yaklaşık 2 dakika tavadaki tüm sosu çekirin ve ardından yeşil soğanlarla birlikte soya filizlerini ilave edin. 30 saniye kadar tüm malzemeleri iyice karıştırdıktan sonra 3 yemek kaşığı dövölmüş yer fıstığını da ilave edip, son bir kez karıştırın ve ocağın altını kapatın.

Bir servis tabağında üzerine dövölmüş yer fıstığı ile ince kıyılmış taze kişniş yaprakları serpiştirip, yanında lime dilimleri ile servis edin.

Not: Tavuk yerine aynı ölçüde dana eti veya tofu peyniri kullanabilirsiniz. Pirinç noodleları, paketin üzerindeki pişirme talimatlarına uygun olarak hazırlayın. Dünyanın en lezzetli yemekleri arasında gösterilen ayrıca Taylandın da milli yemeğı olan Pad Thai; pirinç noodle (rice stick), kaju fıstığı, soya filizi, kendine has sosu ve tatlı, acı, ekşi aromalarıyla tüm duylara hitap edebilen, mutlaka denenmesi ve öğrenilmesi gereken bir yemek.

