





A' la chińskie danie z fasolką, grzybami i kurczakiem

 Barbara Strużyna

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [chińska](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 1 porcja

Składniki:

fasolka mung - sucha - 100 g
kurczak - 500 g
grzyby mun - 2 garść
pieczarki - 250 g
cebula - 1 szt.
czosnek - 4 ząbek

sos sojowy - 3 łyżka
marchew - 3 szt.
olej do gotowania i smażenia - -
trochę
szczypiorek do posypania - - trochę
szpinak - 200 g
wywar z warzyw, rosół ewentualnie
woda - 1 szklanka

Dodatkowe info:

Do dania wykorzystałam fasolki, które ugotowałam dzień wcześniej. Można do dania dać jedną z fasolek w podwojonej ilości. Generalnie danie to zawsze u mnie wygląda inaczej, zwykle zamiast szpinaku dodaję poszatowaną kapustę pekińską.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Fasolkę przekładamy do słoiczka i zalewamy wodą. Odstawiamy do napęcznienia. Słoiczek musi być co najmniej dwa razy większy, bo fasolka pęcznieje i pochłania dużo wody. W czasie moczenia możemy wymienić wodę na świeżą. Fasolkę moczymy kilka godzin, nawet do 12. Następnie przepłukujemy i gotujemy w szklance wody. W zależności od tego czy chcemy, aby fasolka była lekko twarda czy też rozpadająca się gotujemy od 25 do 40 minut.

KROK 2: Tuż przed przygotowaniem dania grzyby mun zalewamy gorącą wodą i zostawiamy do

napęcznienia. Będziemy je dodawać pod koniec gotowania. Grzyby mun pęcznieją jeszcze bardziej niż fasolka. Swoją objętość zwiększają chyba 10 razy.

KROK 3: Warzywa takie jak marchew i pieczarki myjemy obieramy i kroimy w plasterki. Kurczaka kroimy w kostkę lub cienkie paseczki. Cebulę obieramy i szatkujemy, czosnek przeciskamy przez sitko.

KROK 4: Na patelni rozgrzewamy olej i wrzucamy pieczarki, solimy i pieprzymy, dusimy do lekkiego odparowania wody, dodajemy cebulkę i 2 ząbki czosnku, chwilę dusimy, dodajemy mięso kurczaka i dusimy aż mięso przestanie być surowe (możemy przekroić jeden kawałek i zobaczyć czy w środku zbieleło, czyli ścięło się białko). Przekładamy zawartość z patelni do garnka, przykrywamy pokrywką. Na patelnię dolewamy oleju i podsmażamy marchew, gdy lekko się przyrumieni, podlewamy sosem sojowym, dodajemy, szpinak, pozostały czosnek, dusimy, następnie fasolkę i grzyby mun, na koniec dokładamy ugotowany ryż, mieszamy. Wszystko przekładamy do garnka, mieszamy. W razie potrzeby dodajemy wywar lub wodę. Doprawiamy do smaku.

KROK 5: Przekładamy na talerze, posypujemy obficie szczypiorkiem, podajemy z surówką z kiszanej kapusty.