





## Danie chińskie z kasztanami i kapustą kiszoną

 Mariola

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [chińska](#)

### Warto wiedzieć:

 60 min

 4 porcje

### Składniki:

kasztany świeże w łupinach - 100 g	kapusta pekińska - 1/3 szt.
makaron soba - gryczany - jedna miarka - 80 g	kapusta kiszona - 200 g
pieczarki - 250 g	Dressing: -
cebula - 1 szt.	olej sezamowy - 6 łyżka
czosnek - 2 ząbek	sos sojowy Tamari - 2 łyżka
sos sojowy - 1 łyżka	ocet ryżowy - 2 łyżka
papryka czerwona świeża - mała - 1 szt.	syrop klonowy lub z agawy - 1 łyżka
papryka żółta - mała - 1 szt.	marchew fioletowa (może być zwykła - pomarańczowa) - 1 szt.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Kasztany myjemy w ciepłej wodzie. Osuszamy lekko. Nacinamy na górnej części taki krzyżyk. Zalewamy kasztany wrzątkiem. Czekamy 5 minut, odlewamy wodę. Kasztany przekładamy do garnka lub patelni o szerokim dnie bo kasztany mogą leżeć jedną warstwą na dnie. Zalewamy wrzątkiem, tak aby woda sięgała czubków kasztanów. Gotujemy je ok 15 minut, tak aby odparowała prawie cała woda. Na końcu odlewamy wodę z gotowania kasztanów (jej resztki).

**KROK 2:** Po przestygnięciu kasztany obieramy z łupiny, obieramy również z takiej wewnętrznej skórki, bo jest ona trochę taka cierpka, lekko

gorzkawa. Sam kasztan jest lekko słodki, kruchy. Na zdjęciu na środku jest taki nie do końca obrany jeszcze kasztan.

**KROK 3:** Z obierania kasztanów zostaje dużo śmieci. Zdarzyły mi się dwa kasztany częściowo czarne w środku, odrzuciłam je.

**KROK 4:** Warzywa myjemy, marchew obieramy ze skóry i nożykiem do warzyw ścinamy cienkie wióry.

**KROK 5:** Papryki ścinamy w cienkie paski. Kapustę pekińska drobno szatkujemy. Kapustę kiszoną tniemy drobniej, choć nie jest to konieczne.

**KROK 6:** Dressing:  
Do słoiczka wlewamy wszystkie składniki dressingu i potrząsamy. Przygotowanym sosem polewamy warzywa. Następnie wszystko mieszamy.

**KROK 7:** Pieczarki obieramy ze skórki, cebulkę kroimy w piórka, czosnek rozgniatamy i kroimy w drobną kostkę. Na patelni wylewamy trochę oleju sezamowego i smażymy po kolei dokładając najpierw cebulkę, pieczarki, czosnek, podlewamy łyżką sosu sojowego i na końcu dorzucamy kasztany lekko pokruszone. Mieszamy i chwilę dusimy, dosłownie minutę.

**KROK 8:** Gotujemy makaron w dużej ilości osolonej wody przez 5 minut. Odcedzamy i łączymy z warzywami i z kasztanami.

**KROK 9:** Przekładamy danie do miseczek, posypujemy kielkami i sezamem.