# Danie z woka z topinamburem

Nikita

Polecane na: **danie główne, jednogarnkowe, lunchbox**

Kuchnia (region): **chińska, arabska, polska**

## Warto wiedzieć:

30 min

5 porcji

## Składniki:

- filet z indyka - 500 g
- topinambur - 8-10 szt.
- marchewka - 2 szt.
- cebula biała - 1 szt.
- cebula czerwona - 1 szt.
- papryka - 1 szt.
- imbir - - plaster
- czosnek - 1 ząbek
- olej do dań z woka bio planete - 2-3 łyżka
- sok z cytryny - 1 łyżeczka
- syrop klonowy - 1 łyżeczka
- pieprz - - szczypta
- do posypania: -
- czarny sezam - - trochę
- szczypiorek - - trochę
- ryż - - trochę
- sos sojowy Tamari - - trochę
- wok -

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Filet z indyka pokroić w paski. Do mięsa dodać czosnek przeciśnięty przez praskę, syrop klonowy, pieprz, sok z cytryny i 1/2 łyżeczki sosu sojowego Tamari. Wymieszać i odstawić.

*KROK 2:* Topinambur oskrobać, marchew obrać. Paprykę oczyścić z gniazda nasiennego. Warzywa pokroić w cienkie paski. Cebule pokroić w piórka. Imbir pokroić w drobną kosteczkę.

*KROK 3:* W woku rozgrzać 1 łyżkę oleju do dań z woka. Wrzucić mięso i obsmażyć 3-4 minuty. Przełożyć na bok do miseczki.

*KROK 4:* Do woka wlać odrobinę oleju i wrzucić warzywa. Podsmażyć 2 minuty.

*KROK 5:* Do warzyw dodać mięso. Smażyć razem 2-3 minuty.

*KROK 6:* Posypać danie posiekanym szczypiorkiem i czarnym sezamem.

*KROK 7:* Podawać z ryżem. Doprawić do smaku sosem sojowym.