



Orez prăjit cu pui

Steps: 6

Difficulty Grad:

Ingredients

Portions

2	ouă	1 lingură	ulei de susan
1	ardei gras roșu	100 g	mazăre
4	cepe verzi	2 linguri	ulei de arahide sau rapiță
3 căței	de usturoi	1/2 linguriță	sambal oelek sau altă pastă de ardei iute
300 g	orez basmati	350 g	piept sau pulpe dezosate de pui
3 linguri	sos de soia		

Instructions

Cele mai bune ingrediente pentru această rețetă de orez prăjit cu pui se găsesc la Selgros. [Descarca aplicatia Selgros](#), fă o listă de cumpărături și vino să le ridici din locul unde toți profesioniștii și iubitorii de gastronomie își fac cumpărăturile.

Pasul 1. Fierbe orezul în multă apă clocotită timp de 10 minute, scurge-l, clătește-l cu apă rece, apoi dă-l la frigider, pentru o oră.

Pasul 2. Fierbe carnea timp de o oră. Păstrează zeama din care poți prepara, separat, o supă.

Pasul 3. Într-un wok, pune la încins uleiul de rapiță și călește ardeiul gras tocat, mazărea și partea albă a cepeilor.

Pasul 4. După circa 2 minute, adaugă usturoiul tocat și pasta de ardei iute, iar după încă un 1 minut, adaugă orezul, puiul, ouăle bătute și sosul de soia.

Pasul 5. Mărește focul și gătește totul încă 1 minut.

Pasul 6. Ia de pe foc, presară codițele de ceapă verde și servește imediat.

Autor: Teo Dinescu

Mai multe rețete de la acest autor

Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie: