

FRIPTURĂ DE VITĂ CU GHIMBIR

pentru 4 persoane

timp de preparare 30 min

INGREDIENTE:

- 450 gr cotlet de vită tăiat felii subțiri
- 1/2 ceașcă de amidon de porumb
- ulei vegetal
- 1/2 ceașcă de ceapă albă, tăiată mărunt
- 2 cești de morcovi, tăiați mărunt
- 3 căței de usturoi
- 2 lingurițe ghimbir proaspăt ras
- 1/4 linguriță de fulgi de ardei iute roșu
- 1/2 ceașcă de sos de soia
- 1/4 ceașcă de oțet alb
- 2 linguri de ulei de susan
- 1/2 linguriță de piper negru
- 1/2 ceașcă de zahăr brun
- 2 linguri de semințe de susan

MOD DE PREPARARE:

Amestecați feliile de cotlet cu amidonul de porumb într-un castron mare și lăsați-l deoparte

La foc mediu, adăugați ulei vegetal și ceapa într-o tigaie

Căliți timp de 2 min. până când ceapa este translucidă

Adăugați morcovii peste ceapă și căliți timp de 3-4 min. până se înmoaie

Apoi adăugați usturoiul, ghimbirul și fulgii de ardei iute. Gătiți 1-2 min

În cele din urmă, adăugați sosul de soia, oțetul, uleiul de susan, piperul negru, zahărul brun și semințele de susan. Amestecați totul împreună

Lăsați să fiarbă la foc mic și sosul să se îngroașe ușor

Între timp, aduceți 2-3 cești de ulei vegetal la temperatura optimă de prăjire într-o tigaie adâncă

Scuturați amidonul în exces de pe carnea de vită și prăjiți fiecare bucată până devine crocantă. Scurgeți carnea de vită prăjită pe prosoape de hârtie

În final, amestecați carnea de vită prăjită cu amestecul de sos. Serviți imediat!