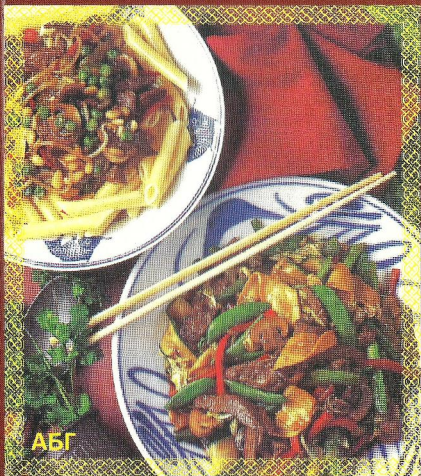


КИТАЙСКА КУХНЯ



АБГ

**КИТАЙСКА
КУХНЯ**

ЯПОНСКА КУХНЯ

КОРЕЙСКА КУХНЯ

АБГ

КИТАЙСКА КУХНЯ

- © Съставител Калинка Васева
- © Редактор Мариела Иванова
- © Коректор Димитрина Христозова
- © Корица Студио ЧАВЕКС

ИЗДАТЕЛСТВО АБГ

КИТАЙСКА КУХНЯ

ГЪБЕНА СУПА

Продукти: 24 сушени черни китайски гъби, 1 парче пресен джинджифилов корен (с дължина около 1 см), 2 стръка пресен лук, 6 чаени чаши пилешки бульон, 2 чаени лъжички оризово вино (сладко бяло вино), 2 равни чаени лъжички морска сол, 1 чаена лъжичка кафява захар, магданоз.

Гъбите се накисват в гореща вода за 25-30 минути, след което се отцеждат, подсушават се и се нарязват на парченца. Слагат се в малка тенджера заедно с половината от почистения и нарязан на тънки парченца джинджифилов корен и с половината от ситно нарязания зелен лук. Добавя се половин чаена лъжичка сол и се налива студена вода. Сместа се слага да кипне и се вари на слаб огън около 3 минути.

Зеленчуците се отцеждат. Бульонът се налива в средно голяма тенджера. Прибавят се гъбите и останалите продукти и супата се слага да заври. Покрива се с капак и се вари 30-35 минути на тих огън.

Поднася се гореща, поръсена със ситно нарязан магданоз.

СУПА СЪС СПАНАК И СКАРИДИ

Продукти: 250 г спанак, 50 г скариди, 100 г прозрачно оризово фиде, 4 чаени чаши бульон, натриев глутамат (вегета), черен пипер, сол.

Спанакът се измива, изчиства се и се нарязва на ивици. Фидето се накисва в хладка вода за 15 минути, след това се отцежда и се нарязва на парчета. Скаридите се почистват и също се нарязват на парчета.

Спанакът, фидето и скаридите се пускат в бульона и се слагат на огъня. След като супата кипне и поври няколко минути, се добавят солта, черният пипер и натриевият глутамат (вегета). Супата се сваля от огъня и се поднася гореща.

МЕСНА СУПА С КРАСТАВИЦИ

Продукти: 250 г смяно месо, 2 малки краставици, 10 пресни гъби, 1 яйце, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 4 чаени чаши бульон, 1 стрък пресен лук (зелената част), натриев глутамат (вегета), смян джинджирил, сол.

Смяното месо се омесва с яйцето, виното, малко натриев глутамат (вегета) и сол и от сместа се правят дребни топчета, които се пускат в загретия бульон. Бульонът се оставя да заври и топчетата се варят около 5 минути.

След това се добавят нарязаните на ивички краставици и гъбите, почистени от пънчетата и също нарязани на ивици. Супата се оставя да кипне отново и се сваля от огъня. Поръсва се със сол, натриев глутамат (вегета) и ситно нарязания зелен лук.

Поднася се гореща.

ГОВЕЖДА СУПА С АСПЕРЖИ

Продукти: 4 чаени чаши пилешки бульон, 150 г говеждо филе, 100 г аспержи от консерва (без течността), 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 2 равни чаени лъжички морска сол, 2 супени лъжици царевично нишесте или фино брашно, 2 белтъка, смян бял пипер.

Бульонът, виното и солта се кипват в голяма тенджера. Огънят се намалява и след като кипенето отслабне, се добавя царевичното нишесте, размито в малко вода. Сместа се бърка на силен огън, докато се сгъсти. После огънят отново се намалява.

Нарязаното на много тънки ивички филе се посолява и се поръсва с белия пипер. Прибавя се в бульона заедно с едро нарязаните аспержи и се вари около 10 минути. След това огънят отново се засилва и се наливат на тънка струя леко разбитите яйчени белтъци.

СУПА С ЧЕРЕН ДРОБ

Продукти: 250 г пилешки или телешки черен дроб, 50 г бекон или пушени гърди, 2 стръка пресен лук, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 4 яйца, 4 чаени чаши бульон, смян джинджирил, черен пипер, копър, сол.

Черният дроб се почиства и се нарязва на ситно, а беконът се нарязва на кубчета. Дробът се смесва с джинджирила, черния пипер, ситно нарязания лук и разбитите яйца. Задушва се на пара 30 минути. Бульонът се кипва и в него се добавят виното и сол на вкус.

Задушеният дроб и беконът се слагат в супник и се заливат с врящия бульон. Супата се поднася топла, поръсена със ситно нарязан копър.

ПИЛЕШКА СУПА С ЧЕРЕН ПИПЕР

Продукти: 100 г пилешки гърди (обезкостени), 100 г пресни гъби, 2 яйца, 500 мл пилешки бульон, 20 г смлян черен пипер, 1 супена лъжица оцет, 20 г нишесте, сол.

Месото и почистените гъби се нарязват на тънки ивички и се варят в бульона. След като месото омекне, се слагат предварително разбитите яйца, които се изсипват в супата постепенно, така че да станат на ивички. Добавят се пиперът и оцетът и всичко се вари още 2-3 минути.

Преди да се свали от огъня, в супата се добавя разбитото в малко вода нишесте и се бърка, докато се сгъсти. Супата се поднася гореща.

ПИЛЕШКА СУПА СЪС СПАГЕТИ

Продукти: 150 г сварено бяло пилешко месо, 150 г шунка, 1 л силен пилешки бульон, 150 г спагети (фиде), 2 стръка пресен лук (само зелената част), 1 супена лъжица соев сос, 1 г натриев глутамат (или половин чаена лъжичка вегета), магданоз, черен пипер, сол.

Пилешкото месо и шунката се нарязват на ивички и се пускат в бульона. Добавят се натрошените на парченца спагети, соевият сос, натриевият глутамат (вегета), черен пипер и сол на вкус.

Супата се вари 8-10 минути на тих огън, докато спагетите омекнат. Сваля се от огъня и се поръсва със ситно нарязан зелен лук и магданоз.

Поднася се гореща.

СУПА ОТ РАЦИ

Продукти: 1 консерва месо от раци, 2 домати, 2 стръка пресен лук, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино или вермут), 2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици растително масло, 1 чаена лъжичка оцет, 1 яйце, 4 чаени чаши бульон, сол.

Месото от раците се запържва в сгорещената растителна мазнина. Добавят се едро нарязаният лук и обелените, нарязани на парчета домати. Сместа се задушавя 2-3 минути, след което се налива бульонът.

Ври десетина минути. След това постепенно, капка по капка, се сипва разбитото яйце. Добавят се виното, соевият сос и оцетът.

Супата се вари още 5 минути на слаб огън. Поднася се гореща.

САЛАТА ОТ МАРИНОВАНО ЗЕЛЕ

Продукти: 500 г зеле, 1 супена лъжица соев сос, 10 г сол, 1 супена лъжица сусамово масло, 10 г захар, 1 супена лъжица оцет, 1 прясна пиперка, 5 зърна сечуански пипер (или смес от черен пипер и бахар), 1 чаена лъжичка смлян джинджифил, 1 маринована пиперка.

Зелето се нарязва на кубчета със страна 3 см, залива се с подсолена вода и се оставя да престои 2 часа, след което се отцежда добре. Слага се в дълбока чиния и към него се прибавят джинджифилът, нарязаната на тънки ивички маринована пиперка и сусамовото масло.

Пряската пиперка се нарязва на ситно, запържва се в малко растителна мазнина заедно с пипера и се прибавя към зелето. Добавят се и захарта, оцетът и соевият сос.

Преди поднасяне салатата се разбърква добре.

САЛАТА ОТ ПАТЛАДЖАНИ С ЧЕСЪН

Продукти: 400 г патладжани, 2 супени лъжици сусамово масло, 1 супена лъжица соев сос, 2 скилидки чесън, 1 супена лъжица оцет, 1 равна чаена лъжичка натриев глутамат (вегета).

Патладжаните се измиват, разрязват се на две по дължина и се почистват от люспите и семената. Сваряват се, оставят се да изстинат и се нарязват на тънки ивички.

Оформят се на купчинка в чиния и се заливат със смес от сусамовото масло, соевия сос, счукания чесън, оцета и натриевия глутамат (вегета).

САЛАТА ОТ АСПЕРЖИ

Продукти: 400 г аспержи от консерва, 100 г прясна краставица, 1 супена лъжица сусамово масло, 1 супена лъжица соев сос, 1 равна чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), пилешки бульон.

Аспержите се отцеждат и се нарязват на парченца с дължина 2 см (ако се използват пресни аспержи, те първо се почистват и се сваряват).

Краставиците се разрязват на четири по дължина, след това се нарязват на парченца с дължина 4 см и се попарват с кипяща вода.

Аспержите и краставиците се смесват, слагат се в чиния за сервиране и се заливат с малко обезмаслен пилешки бульон, подправен със соевия сос, сусамовото масло и натриевия глутамат (вегета).

САЛАТА ОТ РЯПА С ЛУК

Продукти: 400 г бяла ряпа, 4 стръка зелен лук, 20 мл сусамово масло, сол.

Ряпата се обелва, нарязва се на тънки ивички и се смесва с нарязания зелен лук. Салатата се подправя със сол на вкус и се залива със сусамовото масло. Разбърква се и се слага в подходяща чиния. Понякога към нея се поднася гореща рядка оризова каша.

ЗЕЛЕНЧУКОВА САЛАТА

Продукти: 400 г зеле, 80 г моркови, 1 червена сушена пиперка, 1 равна чаена лъжичка смян джинджифил, няколко зърна бахар, 2-3 супени лъжици сусамово масло, 1 супена лъжица захар, 1 супена лъжица оцет, сол.

Зелето се нарязва на кубчета и заедно с нарязаните на кръгчета или ивички моркови се вари в подсолена вода. Когато зеленчуците поомекнат, се отцеждат много добре от водата, подправят се със захарта, оцета и сол на вкус и се разбъркват.

В силно сгорещеното сусамово масло се пуска бахарът, пържи се 30 секунди и се изважда. На негово място се слага ситно нарязаната сушена пиперка. Почти веднага (след 1-2 секунди) съдът се сваля от огъня и маслото заедно с пиперката се изсипва върху зеленчуците. Салатата се разбърква и се оставя да изстине.

САЛАТА ОТ КРАСТАВИЦИ

Продукти: 2 краставици, 2 супени лъжици оцет, 1 супена лъжица захар, 1 чаена лъжичка сусамово масло, смян джинджифил.

Краставиците се измиват, обелват се и се нарязват на ивици. Поръсват се с джинджифила и сусамовото масло, заливат се със смес от оцета и захарта и се разбъркват добре.

САЛАТА ОТ ЦЕЛИНА СЪС СКАРИДИ

Продукти: 250 г целина (само стъблата), 50 г скариди, 3 супени лъжици соев сос, 1 чаена лъжичка оцет, 4 супени лъжици сусамово масло, смлян джинджифил, сол.

Листата на целината се отстраняват и стъблата се нарязват на парчета с дължина около 5 см. Бланшират се в кипяща вода, отцеждат се и се оставят да изстинат.

Почистените скариди се пускат във вряща подсолена вода и почти веднага се изваждат. Оставят се да изстинат и да се отцедят. След това се добавят към целината.

Салатата се залива със смес от сусамовото масло, соевия сос и оцета, подправя се с джинджифила и сол на вкус и се разбърква добре.

САЛАТА ОТ СВИНСКИ БЪБРЕЦИ

Продукти: 600 г свински бъбреци, 80 г зелена салата, 1 супена лъжица сусамово масло, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оцет, 1 равна чаена лъжичка натриев глутамат (вегета).

Бъбреците се измиват, почистват се от ципите и тлъстината и се попарват с кипяща вода. След като изстинат, се нарязват на ивички.

Добре измитата и подсушена салата се нарязва на тънки ивици и се нарежда в чиния. Отгоре се слагат на купчинка бъбреците.

Салата се залива със соевия сос, смесен със сусамовото масло и натриевия глутамат (вегета).

ПИКАНТНА САЛАТА ОТ СВИНСКА КОЖИЧКА

Продукти: 500 г свинска кожичка, 1 малка главичка лук, 1/2 чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), 1 супена лъжица сусамово масло, 5 зърна сечуански пипер (или смес от черен пипер и бахар), червен пипер, сол.

Добре опърлената и почистена кожичка се залива със студена вода и се слага на огъня. След като заври, се отпенва и се задушава около 40 минути на слаб огън. Когато омекне, се изважда, охлажда се в студена вода и се нарязва на тънки ивички.

Червеният пипер се слага в тиган, навлажнява се с малко вода, добавя се сусамовото масло. Сместа се слага на огъня и се запържва. След това се добавят пиперът, ситно нарязаният лук и нарязаната свинска кожичка. Посоляват се, поръсват се с натриевия глутамат (вегета) и се разбъркват. Свалят се от огъня и се оставят да изстинат.

По същия начин се приготвя салата от свински уши.

САЛАТА ОТ ПТИЧЕ МЕСО

Продукти: 200 г сварено и нарязано на ивици птиче месо, 2-3 малки краставици, 3 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оцет, 1 чаена лъжичка захар, 3 супени лъжици смлян запечен сусам или бадемкови ядки, щипка сол, зелени подправки по избор.

Краставиците се обелват, нарязват се на дребни кубчета и се бланшират за 2 минути в кипяща подсолена

вода, след което се подсушават и се оставят да изстинат.

Птичето месо се смесва с краставиците и се залива със соевия сос, смесен с оцета, захарта и солта. Добавят се сусамовите семена. Салатата се разбърква добре и се оставя да престои 1-2 часа в хладилника.

Преди поднасянето се поръсва със ситно нарязани зелен подправки.

ТОПЛА САЛАТА ОТ ПИЛЕ

Продукти: 500-600 г сварено пилешко месо (без кожата и костите), 1 малка глава лук, 3 супени лъжици фъстъчено, сусамово или друго растително масло, 2 големи червени пиперки, 1 супена лъжица соев сос, 1 супена лъжица оцет, 30 г обелени запечени бадеми, щипка захар, щипка китайска смес от подправки (карамфил, канела, звездовиден анасон, сечуански пипер), черен пипер, сол.

Ситно нарязаният лук се задушава леко в 2 супени лъжици от мазнината. Прибавят се нарязаните на тънки ивички пиперки и се задушават още около 5 минути. След това се слагат нарязаното на парченца пилешко месо, соевият сос, подправките и захарта.

Сместа се поръсва с черен пипер и сол на вкус и леко се затопля. Разпределя се в чинии за сервиране, напръсква се с останалото растително масло и оцета, украсява се с бадемите и се поднася веднага.

ПРЕДЯСТИЕ ОТ ВАРЕНИ ЯЙЦА

Продукти: 4-6 яйца, 2 супени лъжици соев сос, 7 чаени лъжички отвара от подправки (канела, карамфил,

звездовиден анасон, черен пипер, бахар, резене), 1 капка сос „Табаско“ (или друг лют сос), 1 чаена лъжичка сусамово масло, 1 чаена лъжичка захар, щипка сол.

Яйцата се варят 10 минути, охлажда се и се обелват. Нарезват се плътно в дълбок съд. Подправките се кипват във вода и се прецеждат.

От соевия сос, сусамовото масло, отварата от подправките, солта и захарта се приготвя марината. Яйцата се заливат с нея и се оставят да престоят 2-3 часа, като от време на време се обръщат.

Преди поднасянето се отцеждат, нарязват се на осминки и се нареждат в чиния.

АРОМАТНИ ЯЙЦА

Продукти: 10 яйца, 1 супена лъжица соев сос, 1 супена лъжица захар, 1 чаена лъжичка растително масло, 30 г сол, 1 малка главичка лук, 1 скилидка чесън, 1/2 чаена лъжичка канела, карамфил и звездовиден анасон, 1/2 чаена лъжичка настърган джинджирил.

Добре измитите яйца се пускат в 1 л кипяща вода заедно със ситно нарязаните лук и чесън, подправките и солта.

Захарта се карамелизира на огъня заедно с растителното масло до червеникаво-кафяво, разрежда се с 50 мл топла вода, разбърква се добре и се прибавя към останалите продукти. Яйцата се варят 20 минути.

След това се изваждат, охлажда се и леко се размачкват върху кърпа, така че черупката им да се напука. Връщат се обратно в тенджерата и се варят още 20 минути. Оставят се да изстинат в маринатата (в нея могат да се съхраняват в продължение на няколко дни).

Преди поднасянето яйцата се обелват, нарязват се на четвъртинки, нареждат се в чиния и се заливат с маринатата.

МАРИНОВАНИ ЯЙЦА

Продукти: 8 яйца, 1 глава лук, 5 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици алкохол (бяло вино, коняк или водка), 4 супени лъжици захар, 3-4 зърна карамфил, 3-4 зърна бахар, няколко стръка кориандър (или магданоз), няколко стръка копър, канела, сол.

Яйцата се варят 10-12 минути, обливат се със студена вода, обелват се и се набождат на няколко места с вилица.

Варят се още 10-15 минути във вода, в която са добавени ситно нарязаните кориандър, копър и лук, алкохолът, 1 супена лъжица от соевия сос, захарта, карамфилът, бахарът, канелата и сол на вкус.

Сварените яйца се отцеждат, нарязват се на резенчета, нареждат се ветрилообразно в чиния и се поръсват с останалия соев сос.

ПЪРЖЕНИ ПАТЕШКИ ЯЙЦА

Продукти: 4 патешки яйца, 50 г брашно, 1 стрък пресен лук, 1 скилидка чесън, 1 супена лъжица соев сос, 2 супени лъжици алкохол (бяло вино, коняк или водка), 1 чаена лъжичка нишесте, 1 чаена лъжичка оцет, пресен джинджифилов корен, растително масло за пържене.

Яйцата се сваряват и се обелват. Почистеният джинджифилов корен, лукът и чесънът се нарязват на ситно. Яйцата се нарязват на четвъртинки, овалват се в брашното и се изпържват. Изваждат се и се отцеждат от излишната мазнина.

Останалата мазнина се загрява отново и в нея се запържват, като се бъркат, лукът, чесънът и джинджифилът. Добавят се алкохолът, оцетът и соевият сос. Накрая се прибавя и нишестето, размито в малко вода.

Когато сосът се сгъсти, изпържените яйчени четвъртинки се пускат в него и ястието се поднася топло.

ЯЙЦА СЪС СЛАДЪК СОС

Продукти: 4 твърдо сварени яйца, 4 супени лъжици соев сос, 3 супени лъжици мед, 1 зелена салата, копър.

Яйцата се обелват и се слагат в дълбок съд. Заливат се със смес от соевия сос, меда и вода, така че да се покрият, и се задушават около 1 час на тих огън. След това се оставят да поизстинат.

Салата се измива, отцежда се добре и листата се нарязват на широки ивици. Слагат се в подходяща чиния или купа и върху тях се нареждат нарязаните на четвъртинки яйца.

Ястието се поднася, поръсено със ситно нарязан копър.

ОМЛЕТ С ПРЕСЕН ЛУК

Продукти: 4 яйца, 1 супена лъжица соев сос, растително масло за пържене. **За пълнежа:** 1 стрък пресен лук, 50 г соеви кълнове, 2 супени лъжици фъстъчено масло, 2 супени лъжици соев сос, 1 чаена лъжичка нишесте, 1/2 чаена чаша бульон, черен пипер, сол.

Нарязаният на тънки кръгчета лук се запържва бързо в малко сгорещена мазнина. Слагат се соевите кълнове и сместа се пържи още 1 минута, като непрекъснато се бърка. Последователно се добавят соевият сос, нишестето, размито в малко вода, бульонът и фъстъченото масло.

Сместа се подправя със сол и черен пипер на вкус и се задушава, докато се сгъсти.

Яйцата се разбиват със соевия сос и от тях се пържат неголеми омлети.

Когато омлетът започне да се стяга, се изважда, намазва се с пълнежа, завива се и се пържи още 30 секунди.

Ястието се поднася топло със сос по избор.

ОМЛЕТ СЪС СКАРИДИ

Продукти: 4 яйца, 4 кралски скариди, 2 стръка пресен лук, 1 супена лъжица соев сос, 1 чаена лъжичка сусамово масло, черен пипер, сол, растително масло за пържене.

Скаридите се почистват, измиват се и се подсушават. Запържват се бързо в сгорещена мазнина заедно със ситно нарязания пресен лук, като се бъркат непрекъснато. Добавят се яйцата, разбити със соевия сос, черен пипер и сол.

Омлетът се пържи, докато се стегне. При поднасянето се поръсва със сусамовото масло.

ОМЛЕТ СЪС СВИНСКО МЕСО И ПОДПРАВКИ

Продукти: 8 яйца, 600 г нетлъсто смляно свинско месо, 2 скилидки чесън, 3 чаени лъжички настърган пресен джинджифилов корен или 1 чаена лъжичка смлян сух джинджифил, 1 чаена лъжичка захар, 1/2 чаена чаши вода, 2 супени лъжици соев сос, 2-3 стръка пресен лук, 4 супени лъжици растително масло, черен пипер, сол.

Смляното свинско месо, счуканият чесън и джинджифилът се запържват с половината от мазнината, ка-

то се бъркат непрекъснато. Прибавят се захарта, солта, черният пипер и водата. Съдът се покрива с капак и сместа се задушава, докато цялата течност изври. Остава се да изстине.

Яйцата се разбиват със соевия сос и се смесват с охладената задушена кайма. Останалата мазнина се сгорещява и в нея се запържват четири омлета или един голям омлет, който се нарязва на четири парчета.

Поднасят се, поръсени със ситно нарязания пресен лук и напръскани със соев сос.

ОМЛЕТЕНИ РУЛА

Продукти: 8 яйца, 2 супени лъжици растителна мазнина, 3 чаени лъжички соев сос, 3 чаени лъжички вода, сол.

Яйцата се разбиват добре с водата, соевия сос и сол на вкус. Мазнината се сгорещява и от сместа се запържват омлети. Докато са още топли, се навиват на стегнати рула.

По желание могат да се намажат предварително с някакъв пълнеж. Нарязват се напречно на кръгчета и се поднасят със салатата.

БЯЛ ОРИЗ ПО КИТАЙСКИ

Продукти: 2 чаени чаши ориз, 3 чаени чаши вода.

Оризът се залива със студената вода. Слага се на огъня и се оставя да кипне.

Огънят се намалява и оризът се вари още 10 минути. След това се дръпва настрани и се оставя покрит с капак, докато попие цялата течност.

ОРИЗ СЪС ЗЕЛЕНА САЛАТА

Продукти: 300 г ориз, 250 г ситно нарязана зелена салата, 3 яйца, 4 супени лъжици растително масло, 1 скилидка чесън, 4 стръка пресен лук (само зелената част), 100 г пушена шунка, сол.

Оризът се сварява в голямо количество вода, докато омекне, без да се развари. Отцежда се и се промива с вряла вода. От разбитите яйца се изпържва омлет.

Салата се запържва около 1 минута в 1 супена лъжица сгорещена мазнина. Изважда се и се съхранява на топло.

В тигана се загрева останалото масло, прибавят се ситно нарязаните чесън и лук и се запържват 1 минута, след което се добавя свареният ориз. Всичко се разбърква добре и се посолява на вкус. Накрая се добавят нарязаната на кубчета шунка, салатата и нарязаният на ивички омлет.

ОРИЗ С МЕСО ОТ КРАБ

Продукти: 300 г ориз, 3 яйца, 100 г консервирано месо от краб, 2 супени лъжици растително масло, 200 г соеви кълнове, 1 супена лъжица светъл соев сос, 6 стръка пресен лук (само зелената част), 1 супена лъжица сусамово масло

Оризът се вари 15 минути в голямо количество вода до омекване. Отцежда се и се промива с вряла вода.

Яйцата се разбиват и се смесват с нарязаното месо от краб. От сместа се изпържва омлет и се нарязва на ивички.

Растителното масло се загрева в дълбок тиган и в него за около 1 минута се запържват соевите кълнове. Изваждат се и се държат на топло.

В тигана се слага свареният ориз и се пържи 3 минути, като се разбърква. Добавя се соевият сос и оризът се пържи още 2 минути. Накрая се прибавят соевите кълнове, ивичките омлет и нарязаният лук и ястието се запържва още 2-3 минути.

Преди поднасянето се поръсва със сусамовото масло.

ОРИЗ С ЯЙЦА

Продукти: 300 г ориз, 3 яйца, 2 супени лъжици растително масло, 1 скилидка чесън, 3 стръка пресен лук (само зелената част), 130 г отцеден консервиран грах, 1 супена лъжица светъл соев сос, 1 чаена лъжичка морска сол.

Оризът се сварява в голямо количество вода до омекване. Отцежда се и се промива с вряла вода.

Разбитите яйца се изпържват в малък тиган на слаб огън, като се разбъркват. Свалят се от огъня и се оставят на топло.

Растителното масло се сгорещява в дълбок тиган. В него се слагат ситно нарязаните чесън и лук и грахът и се пържат в продължение на 1 минута. Добавя се оризът и се разбърква добре. След това се прибавят соевият сос, бърканите яйца и солта.

Ястието се разбърква и се поднася топло.

ОРИЗ С ШУНКА И СТАФИДИ

Продукти: 2 чаени чаши сварен бял ориз, 100 г шунка, 100 г скариди, 50 г стафиди, 50 г бадеми, 50 г орехови ядки, 6 стръка пресен лук, 3 супени лъжици соев сос, растителна мазнина, натриев глутамат (вегета), сол.

Скаридите се измиват, почистват се и се нарязват на парченца. Лукът, шунката и ядките се нарязват на ситно.

Скаридите се пържат 2-3 минути в сгорещена мазнина. Добавят се лукът, шунката стафидите и ядките. Сместа се пържи 3-4 минути, като се бърка непрекъснато. Накрая се добавя свареният ориз и ястието се пържи още 4-5 минути. При поднасянето се поръсва със соевия сос, сол и натриев глутамат (вегета).

ОРИЗ С ПИЛЕШКО МЕСО

Продукти: 2 чаени чаши сварен бял ориз, 100 г бяло пилешко месо, 50 г скариди, 3-4 супени лъжици отцеден грах от консерва, 3 яйца, 5-6 гъби, 4 бамбукови връхчета от консерва, растително масло, натриев глутамат (вегета), сол.

Измитите и почистени скариди и пилешкото месо се нарязват на ситно. Гъбите се почистват от пънчетата, измиват се и също се нарязват на ситно. От разбитите яйца се изпържва омлет, който се нарязва на тънки ивички.

Мазнината се сгорещява в дълбок тиган и в нея се пускат пилешкото месо, скаридите, гъбите, грахът и ситно нарязаните бамбукови връхчета. Пържат се 3-4 минути, като се бъркат непрекъснато. Добавя се свареният ориз и ястието се бърка още няколко минути на огъня. След това се поръсва със сол и натриев глутамат (вегета). Поднася се топло, украсено с ивичките омлет.

КИТАЙСКИ РАВИОЛИ ЦЗЯО ЦЗЪ

Продукти: 500 г брашно, 1 чаена чаша вода, 1 пакетче бакпулвер, щипка сол. **За пълнежа:** 250 г кайма,

50 г сварени скариди, 250 г зеле, 4-5 стръка пресен лук, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица сусамово масло, 1 чаена лъжичка оцет, натриев глутамат (вегета), малко ситно нарязан или настъррган джинджифилов корен, сол.

От брашното, водата, бакпулвера и солта се замесва тесто и се оставя да престои 30 минути на топло. От него се оформят малки топчета, които се разточват на кръгчета върху повърхност, поръсена с брашно.

Приготвя се пълнежът. Каймата се смесва със ситно нарязаните скариди, лук и зеле. Добавят се соевият сос, сусамовото масло, оцетът, натриевият глутамат (вегета), джинджифилът и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и се оставя да престои 20 минути.

Върху всяко от тестените кръгчета се слага по 1 чаена лъжичка от пълнежа, краищата се прихлупват и се прищипват с пръсти.

Равиолите се пускат във вряща подсолена вода. След 2-3 минути, когато започнат да изплуват на повърхността, се долива малко студена вода. Това се повтаря два-три пъти, докато не се сварят напълно. Изваждат се, отцеждат се добре и се нареждат в чиния. Към тях се поднася сос от сусамово масло, оцет, счукан чесън и соев сос.

МАН ТОУ

Продукти: 400 г брашно, 1 чаена чаша вода, 25 г мая, сол.

Маята се размива в малко хладка вода и се слага в брашното. Прибавят се останалата вода и щипка сол. Замесва се тесто, което се оставя да престои 2 часа на топло, за да втаса. Добавя се още малко брашно, меси се няколко минути и се оставя да втасва още 2 часа.

От тестото се оформя фитил с диаметър около 5 см. Нарязва се на парчета с дължина 5 см. От тях се оформят

мят кръгли хлебчета, които се оставят да отлежат 30 минути. След това се варят на пара 15-20 минути. Поднасят се като хляб към други ястия.

ПИТКИ САО ПИН

Продукти: 400 г брашно, 100 мл гореща вода, 1 яйце, разтопена свинска мас, щипка сол, счукани фъстъци или сусам.

Брашното се изсипва на купчинка и към него лъжичка по лъжичка се прибавя горещата вода. Замесва се жилаво тесто, което се покрива със салфетка и се оставя да престои 30 минути. После се разточва на много тънка кора (1-2 мм). Намазва се леко с разтопена свинска мас, прегъва се на две и отново се разточва. Пак се намазва с мас, прегъва се и т. н. Процедурата се повтаря общо 5 пъти.

След това тестото се разточва и от него с помощта на чаша се изрязват кръгли питки. Нарездат се в намазана с мазнина тава, намазват се с разбитото яйце и се поръсват със счуканите фъстъци или със сусам.

Пекат се в силно загрята фурна до златисто-кафяво. Поднасят се към месен бульон.

ДИМ СУМ СЪС СКАРИДИ

Продукти: 400 г брашно, 120 мл гореща вода, 80 мл студена вода, 1 супена лъжица растително масло. **За пълнежа:** 450 г почистени и смлени сурови скариди, 120 г нарязани консервирани бамбукови връхчета, 4 супени лъжици вода, 2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 1 препълнена супена лъжица царевично брашно или нишесте, черен пипер.

Приготвя се пълнежът. Смлените скариди се смесват с нарязаните бамбукови връхчета, водата, соевия сос, виното, захарта, сусамовото масло и пипера и се разбъркват много добре. Накрая се прибавя царевичното брашно и сместа се разделя на 30 части.

По-голямата част от брашното се изсипва на купчинка, в която се прави кладенче. При постоянно бъркане се добавя най-напред горещата вода, а след това се слагат студената вода и мазнината. Омесва се тесто, като по време на месенето ръцете се топят в останалото брашно. От тестото се оформя дълго руло, което се нарязва на 30 парчета. Разточват на тънки кръгчета с диаметър 5 см. В средата на всяко кръгче се слага по малко от пълнежа. Краищата се съединяват и се прищипват с пръсти.

Така приготвените „дим сум“ се нареждат на разстояние в специална тенджерка за варене на пара, дъното на която е покрито с влажна салфетка. Варят се 5 минути на силен огън. Изваждат се и се поднасят веднага.

Обикновено се консумират, като се топят в джинджифилов оцет, приготвен по следния начин: 2 супени лъжици ситно настърган пресен джинджифилов корен се смесват със същото количество оцет. Добавят се 2 супени лъжици вода, щипка сол, щипка захар и по няколко капки соев сос и сусамово масло.

ПЪРЖЕНИ РУЛЦА

Продукти: 250 г брашно, 1 чаена чаша вода, 2 яйца, растителна мазнина за пържене. **За пълнежа:** 250 г бяло пилешко месо, 50 г бамбукови връхчета, 50 г соеви кълнове, 3-4 сушени черни китайски гъби (или пресни печурки), 2 стръка пресен лук, 2 супени лъжици соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка нишесте, размито в малко вода, 2-3 супени лъжици растително масло.

От брашното, яйцата и водата се приготвя тесто като за палачинки. В малък тиган се загрева растителна мазнина и се изпържват тънки палачинки, които се държат на топло.

Приготвя се пълнежът. Сушените гъби се накисват за 30 минути във вода. След като омекнат, се почистват от пънчетата и се нарязват на тънки ивички. Пресните печурки само се почистват от пънчетата и се нарязват. Месото също се нарязва на ивици. Слага се в сгорещеното растително масло и се пържи 1 минута заедно с бамбуковите връхчета и лука, нарязани на ситно, като се бърка непрекъснато. Добавят се сосвите кълнове и гъбите и се бъркат 1 минута. Накрая се добавят останалите продукти и сместа се бърка още 1 минута.

Пълнежът се разпределя върху палачинките, които се завиват на рулца и краищата им се залепват с малко вода. Рулцата се пържат в голямо количество силно загорято олио до зачервяване. Поднасят се топли.

СПАГЕТИ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: 250 г спагети, 100 г сушени черни китайски гъби (или пресни печурки), 100 г зеле, 1 краставица, 1 стрък пресен лук, 2 супени лъжици соев сос, 4 супени лъжици растително масло, натриев глутамат (вегета), сол.

Спагетите се сваряват в подсолена вода, изплакват се и се оставят да се отцедят. Сушените гъби се накисват за 30 минути във вода, почистват се от пънчетата и се нарязват на ивици (пресните гъби не се накисват във вода). Краставицата се нарязва на ивици, зелето – на кубчета, а лукът – на парчета с дължина 1 см.

Зеленчуците се пускат в сгорещената мазнина и се бъркат непрекъснато в продължение на 3-4 минути. Добавят се спагетите и сместа се бърка, докато течността не изври напълно. Накрая се добавят соевият сос, нат-

риевият глутамат (вегета) и сол на вкус и ястието се бърка още 1-2 минути. Поднася се топло.

СПАГЕТИ СЪС СВИНСКО И ГЪБИ

Продукти: 250 г спагети, 200 г свинско месо, 3-4 едри гъби, 2 скилидки чесън, 1 чаена чаша бульон, фъстъчено масло, сол. **За маринатата:** 4 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица нишесте, размито в малко вода, 1-2 капки лют сос.

Спагетите се сваряват в подсолена вода, отцеждат се и се оставят на топло. Месото се нарязва на дребни кубчета и се маринова 30 минути в смес от соевия сос, виното, нишестето и лютия сос.

Ситно нарязаният чесън се запържва бързо в малко сгорещено фъстъчено масло. Добавя се месото и се пържи, като се бърка непрекъснато. След това се прибавят почистените и нарязани на ивици гъби. Сместа се пържи още 2-3 минути. Залива се с бульона и се задушва на слаб огън 10-15 минути.

В отделен съд се сгорещява още малко мазнина. В нея се пускат сварените и отцедени спагети и се запържват бързо. Изсипват се в подходяща купа и върху тях се слагат месото и гъбите. Ястието се поднася топло.

СПАГЕТИ СЪС СОС

Продукти: 250 г спагети, 100 г сварено бяло пилешко месо, 100 г сварени скариди, 1 скилидка чесън, 1 яйце, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 2 супени лъжици нишесте, 1 супена лъжица соев сос, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена чаша бульон, пресен джинджифилов корен, сол.

Спагетите се сваряват и се отцеждат. Месото се нарязва на тънки ивици, а скаридите се разрязват на две.

Бульонът се слага да заври заедно с виното, соевия сос, ситно нарязаните джинджифил и чесън и сол на вкус. В него се пускат месото и скаридите и се варят 4-5 минути. Добавя се размитото в малко вода нишесте. Когато сместа се сгъсти, капка по капка се прибавя разбитото яйце.

Спагетите се изсипват в купа и се заливат с горещия сос. Поднасят се, поръсени със сусамовото масло.

БРОКОЛИ С ГЪБИ

Продукти: 500 г броколи, 12 сушени черни китайски гъби (или пресни печурки), 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджифилов корен, 1 чаена лъжичка кафява захар, 2 супени лъжици фъстъчено масло. **За соса:** 1 чаена лъжичка сос от стриди, 1 чаена лъжичка светъл соев сос, 1 чаена лъжичка царевично нишесте, разрито в малко вода, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 130 мл зеленчуков бульон, смян бял пипер.

Гъбите се накисват за 30 минути във вода, след което се почистват от пънчетата и се нарязват на ивички. Пресните печурки само се почистват от пънчетата и се нарязват, без да се накисват във вода.

Нарязаното броколи и настърганият джинджифил се пускат в кипяща вода и се варят в продължение на 4 минути. Броколито се изважда с решетъчна лъжица, отцежда се и се оставя на топло. В останалата отвара се добавят захарта и още 3 чаени чаши вода и се пускат гъбите. Варят се 6 минути, след което се изваждат, отцеждат се и се слагат в средата на чинията за сервиране. Държат се на топло.

В дълбок тиган се спорещява фъстъченото масло. Прибавя се броколито и се пържи 2-3 минути, като се бърка. След това се изважда, отцежда се от излишната

мазнина и се нарежда около гъбите. Остава се на топло. Съставките за соса се смесват, слагат се да заврят и се варят в продължение на три минути. Зеленчуците се заливат с получения сос и се поднасят веднага.

МОРКОВИ, ПЪРЖЕНИ С ЦЕЛИНА

Продукти: 500 г моркови, 1 глава целина, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица соев сос, 100 г свинска мас, сол.

Морковите и целината се почистват, нарязват се на много тънки ивички, бланшират се в кипяща вода и се отцеждат добре. Слагат се в дълбок тиган с малко загрята мазнина и се пържат, като тиганът често се разклаща.

Накрая се добавят соевият сос, виното, сол на вкус и разтопената свинска мас. Ястието се сервира топло.

ГЪБИ СЪС СОС

Продукти: 400 г печурки, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица растително масло, 1 супена лъжица нишесте, 1 чаена лъжичка сусамово масло, пресен джинджифилов корен, сол.

Гъбите се измиват, почистват се от пънчетата и се подсушават. Растителната мазнина се загрява. В нея се пуска настърганият пресен джинджифил и бързо се запързва. Добавят се гъбите и се пържат, като се разбъркват. След като омекнат, се прибавят соевият сос, сол на вкус и малко вода.

Сместа се задушва, докато течността се поизпари. Накрая се добавя нишестето, разрито в малко вода, и

се вари, докато сосът се сгъсти. Ястието се поднася топло, поръсено със сусамовото масло.

ПЪРЖЕНО ЗЕЛЕ

Продукти: 500 г зеле, 1 пиперка, 1 стрък пресен лук, 4 супени лъжици растително масло, 2 супени лъжици оцет, 2 чаени лъжички захар, 1 чаена лъжичка сол, натриев глутамат (вегета).

Зелето се измива, нарязва се на ивички и се отцежда добре.

Ситно нарязаният лук и нарязаната на ивици пиперка се запържват бързо в сгорещената мазнина. Прибавя се зелето и се пържи 4-5 минути, като се бърка непрекъснато. Накрая се прибавят оцетът, захарта, солта и натриевият глутамат.

Ястието се поднася топло.

СПАНАК СЪС СУСАМ

Продукти: 500 г спанак, 75 г сусам, 3 супени лъжици сусамово масло, 4 супени лъжици бульон, 3 супени лъжици соев сос, черен пипер, бял пипер, сол.

Спанакът се измива, почиства се от дръжките, бланшира се за 1-2 минути във вряща подсолена вода и се отцежда добре.

Сусамът се запържва в мазнината. Изважда се и от него се отделя 1 супена лъжица. Останалият сусам се счуква в хаван. Прибавят се соевият сос и бульонът и всичко се разбърква добре. Полученият сос се подправя със смлян черен и бял пипер.

Спанакът се слага в подходяща купа, залива се със соса и се поръсва със запържения сусам.

ЗАДУШЕНИ ПАТЛАДЖАНИ С ПИПЕРКИ

Продукти: 2 средно големи патладжана, 1 червена пиперка, 1 зелена пиперка, 5 скилидки чесън, 1 стрък пресен лук, 5-6 супени лъжици растително масло, 3 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица нишесте, 1 чаена чаша бульон, 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджи-фил, щипка натриев глутамат (вегета), 1 чаена лъжичка захар, сол.

Патладжаните се обелват и се нарязват на ивици или на кубчета. Пържат се бързо в половината от мазнината, докато омекнат, след което се изваждат, а мазнината се изсипва.

В тигана се загрява останалата мазнина и в нея се бързо се задушават ситно нарязаните лук и чесън и джинджифилът. Прибавят се нарязаните на парчета пиперки и се пържат 1-2 минути, като се бъркат. Последователно се прибавят соевият сос, бульонът и патладжаните.

Ястието се подправя с натриевия глутамат (вегета), захарта и сол на вкус. След като заври, се покрива с капак и се задушава 10 минути. Накрая за сгъстяване се прибавя нишестето, размито в малко вода.

ПРЕСНИ КАРТОФИ СЪС ЗЕЛЕН ЛУК

Продукти: 600-700 г пресни картофи, 5 стръка зелен лук, 100 мл пилешки бульон, 4-5 супени лъжици растително масло, 1 супена лъжица соев сос, сол, копър.

Картофите се почистват, измиват се и се подсушават. Слагат се в дълбок тиган със загрятата мазнина. Покриват се с капак и се запържват, като съдят често

се разклаща. Прибавят се соевият сос и бульонът и картофите се задушават до омекване. Изваждат се и в същата мазнина се задушава едро нарязаният зелен лук. След като омекне, се изсипва върху картофите.

Ястието се поднася топло, поръсено със ситно нарязан копър.

СПАНАК С КАРТОФИ

Продукти: 1 кг спанак, 2 картофа, 1 равна чаена лъжичка куркума, 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджифил, 2 люти чушки, 2-3 супени лъжици растително масло, 1 чаена лъжичка сол, 2 супени лъжици лимонов сок или оцет.

Изчистеният и добре измит спанак се отцежда и се нарязва на ситно.

Мазнината се загрява в съд с дебело дъно и в нея се запържват за 30-40 секунди ситно нарязаните и почистени от семето люти чушки и настърганият джинджифил. Прибавя се куркумата и след няколко секунди се добавят обелените и нарязани на кубчета картофи. Пържат се десетина минути, като се бъркат непрекъснато.

Когато картофите се запържат добре отвсякъде, се слага нарязаният спанак. Съдът се покрива с капак и сместа се задушава на бавен огън около 15 минути. Ако спанакът не е достатъчно сочен, може да се прибави малко вода. Щом зеленчуците омекнат, се добавят солта и лимоновият сок или оцетът.

Ястието се поднася с бял ориз.

ЗЕЛЕНЧУЦИ С ОРИЗ

Продукти: 200 г ориз, 3 супени лъжици растително масло, 1 малка глава лук, 1 скилидка чесън, 2 морко-

ва, 1 малка глава целина, 1 зелена салата, 200 г броколи, 100 г тънък зелен фасул (от консерва), 100 мл зеленчуков бульон, щипка куркума, щипка китайска смес от подправки (карамфил, канела, звездовиден ананас, сечуански пипер), черен пипер, сол.

Оризът се сварява, отцежда се и се изплаква с гореща вода. Остава се на топло.

В дълбок тиган се сгорещява мазнината и в нея се запържват лукът, нарязан на тънки полумесеци, и ситно нарязаният чесън. Добавят се подправките и след около минута се слагат нарязаните на ивички моркови и целина. Сместа се задушава на умерен огън 5 минути, след което се добавя нарязаният и отцеден зелен фасул. След още няколко минути се слага накъсаното броколи.

Сместа се посолява, поръсва се с черен пипер, залива се с бульона и се задушава още няколко минути на огъня. Накрая се прибавят нарязаната на ивици зелена салата и оризът. Ястието се разбърква добре и се поднася топло.

ЗАДУШЕНИ ЗЕЛЕНЧУЦИ СЪС СОЯ И ЯДКИ

Продукти: 200 г моркови, 1 тиквичка, 200 г пиперки, 200 г гъби, 125 г соеви кълнове, 100 г кашу или бадеми, 2 супени лъжици растително масло. **За соса:** 2 скилидки чесън, 1 супена лъжица сусамово масло, 1 супена лъжица соев сос.

Нарязаните на кръгчета моркови се запържват 2-3 минути в сгорещената мазнина. Изваждат се и се оставят на топло. В мазнината последователно се пускат нарязаните на кубчета тиквички, нарязаните на ивици пиперки и почистените от пънчетата и нарязани на половинки гъби.

Зеленчуците се задушават около 5 минути, като се бъркат непрекъснато. Накрая се прибавят соевите кълнове и ядките, предварително запечени на тиган без мазнина.

Задушените зеленчуци се изсипват в средата на чиния за сервиране, а наоколо се нареждат морковите. Ястието се залива със соса, приготвен от счукания чесън, сусамовото масло, соевия сос и малко вода.

АГНЕСКО С ЧЕСНОВ СОС

Продукти: 500 г агнешко (овнешко) месо без кости, 3 супени лъжици тъмен соев сос, 5 супени лъжици фъстъчено масло, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 1/2 чаена лъжичка морска сол, 2 скилидки чесън, 8 стръка пресен лук (само зелената част), 1 супена лъжица оцет, 1/2 чаена лъжичка смлян сечуански пипер (или смес от черен пипер и бахар), 2 супени лъжици сусамово масло.

Месото се нарязва на много тънки парченца и се залива с марината, приготвена от 1 супена лъжица соев сос, 2 супени лъжици фъстъчено масло, виното, солта и пипера. Остава се да престои 30 минути.

Останалото масло се загрява в дълбок тиган. Когато започне да пуши, в него се слага месото заедно със счукания чесън. Пържи се 2 минути, докато промени цвета си, след което се изважда и се отцежда от мазнината.

Маслото от тигана се излива, като се оставя 1 супена лъжица. Нарязаният на парченца лук се запържва в него 2 минути. Наливат се останалият соев сос и оцетът. Задушаването продължава още 1 минута, след това се добавят месото и сусамовото масло. Ястието се запържва още 1 минута, като се разбърква грижливо.

Поднася се топло.

АГНЕСКО С КОРИАНДЪР

Продукти: 500 г нарязано на тънки ивички агнешко (овнешко) филе, 1 супена лъжица царевично брашно (нишесте), 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 3 супени лъжици фъстъчено масло, 200 г нарязано броколи, 3 сушени черни китайски гъби, 2 стръка пресен лук (само зелената част), 1 скилидка чесън, 2 чаени лъжички оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица тъмен соев сос, 1 супена лъжица ситно нарязан пресен кориандър.

Гъбите се накисват за 20 минути в гореща вода, подсушават се и се нарязват.

Месото се слага в купа и се разбърква със смес от царевичното брашно, захарта и сусамовото масло. Остава се да престои 30 минути. След това се пържи 2 минути в сгорешеното фъстъчено масло. Изважда се и се държи на топло.

В същата мазнина се слагат броколито, гъбите, нарязаният лук и счуканият чесън и се пържат 5 минути, като се разбъркват непрекъснато. Когато броколито омекне, се наливат виното и соевият сос и се прибавят месото и кориандърът. Ястието се пържи на много силен огън още 1 минута.

ПЪРЖЕНО АГНЕСКО ПО ХУНАНСКИ

Продукти: 500 г тънко нарязано агнешко (овнешко) филе, 1 белтък, 2 супени лъжици царевично брашно или нишесте, 2 и 1/2 чаени чаши растително масло, 3 парченца почистен и нарязан на ситно джинджифилов корен, 100 г отцедени и нарязани на ситно бамбукови връхчета от консерва, 1 малка червена пиперка, на-

рязана на ивички, 3 ситно нарязани пера от зелен лук, 60 г нарязана на ивици краставица, 2 чаени лъжички оризово вино (сладко бяло вино), смлян бял пипер, сол.

Леко разбитият белтък се смесва с царевичното брашно, сол и пипер. Месото се овалва добре в тази смес и се оставя да престои 30 минути.

Мазнината се загрява в дълбок тиган. В нея внимателно се пуска месото, като парченцата се отделят едно от друго, и се пържи 2 минути при непрекъснато разбъркване. Изважда се с решетъчна лъжица и се отцежда.

Мазнината от тигана се излива, като се оставят 2 супени лъжици. Прибавят се джинджифилът, бамбуковите връхчета, пиперките, лукът и краставиците и се пържат 4 минути. Добавя се месото и ястието се пържи на силен огън около 1 минута, като тиганът се разклаща от време на време. Накрая се налива виното.

ПОДАЮТЕНО АГНЕШКО С МЕД

Продукти: 500 г смляно агнешко месо, 1 глава лук, 2 супени лъжици растително масло, 1 червена пиперка, 1 зелена пиперка, 2 скилидки чесън, 2 червени люти чушки, 1 чаена лъжичка смлян джинджифил, 1 чаена лъжичка смлян кимион, 1 чаена лъжичка червен пипер, 250 мл пилешки бульон, 1 чаена чаша доматиено пюре, 1/3 чаена чаша мед, 80 мл оцет, 400 г грах от консерва, 2 супени лъжици соев сос, сол.

Смляното месо се запържва в мазнината, докато сокът му се поизпари. Накрая се разбърква добре с вилица.

Прибавят се лукът и пиперките, нарязани на ивици, счуканият чесън, ситно нарязаните люти чушки и подправките и се задушават няколко минути.

Бульонът, доматиеното пюре, медът, оцетът и соевият сос се разбиват добре и се изсипват при останалите продукти.

Сместа се задушава десетина минути на слаб огън. Прибавя се и отцеденият грах и ястието се задушава още 10 минути, докато се сгъсти. Поднася се веднага.

ЗАДУШЕНО ТЕЛЕШКО

Продукти: 500 г телешко месо от бута, 1 супена лъжица соев сос, 1 малка глава лук, 1 супена лъжица оризово вино (бяло вино), 2 чаени лъжички настърган пресен джинджифил, 2 чаени лъжички захар, 1/2 чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), 1/2 чаена лъжичка сечуански пипер (или смес от черен пипер и бахар), щипка смлян звездовиден анасон, сол на вкус, пилешки бульон.

Месото се нарязва на дребни кубчета, залива се със студена вода и се вари до полуготовност. След това водата се изсипва. Месото се залива с пилешки бульон, така че да се покрие, и се слага на слаб огън.

Добавят се ситно нарязаният лук, соевият сос, виното, карамелизираната захар, разредена с малко вода, подправките и сол на вкус. Покрива се с капак и се задушава.

Омекналото месо се изважда, нарежда се в чиния за сервиране и се залива със соса от задушаването. Поднася се с бял ориз.

ТЕЛЕШКО С КИТАЙСКО ЗЕЛЕ

Продукти: 500 г нарязано на тънки ивички телешко месо от филето, 1/2 чаена чаша фъстъчено масло,

250 г китайско зеле (или почистен млад спанак), 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджифилов корен, 2 скилидки чесън, 4 едро нарязани пера от зелен лук, 2 чаени лъжички соев сос, 1 чаена лъжичка оризово вино (сладко бяло вино), 1 равна чаена лъжичка царевично брашно или нишесте, 3 супени лъжици пилешки бульон, 1 чаена лъжичка сусамово масло, морска сол. **За маринатата:** 1 чаена лъжичка тъмен соев сос, 1 чаена лъжичка смачкана на пюре анишоа от консерва, 1 супена лъжица фъстъчено масло, 1 супена лъжица царевично брашно, 1 чаена лъжичка вода.

Продуктите за маринатата се разбъркват добре. Месото се овалва в тази смес и се оставя да престои 1 час.

Мазнината се загрява в дълбок тиган и зелето (спанакът) се запържва 2 минути в него. Поръсва се с малко морска сол, отцежда се от мазнината и се прехвърля в затоплена чиния за сервиране.

Маслото се загрява отново, слага се месото и се пържи в продължение на 2 минути. След това се изважда. На негово място се слагат джинджифилът, счуканият чесън и лукът и се пържат 5 минути, като се бъркат.

Соевият сос, виното, царевичното брашно, размито в малко вода, и бульонът се смесват и се изсипват в тигана. Сместа се бърка, докато заври. Прибавя се месото, разбърква се няколко пъти и цялата смес се изсипва върху зелето.

При поднасянето ястието се поръсва със сусамовото масло.

ПЪРЖЕНО СВИНСКО

Продукти: 400 г свинско месо, 100 г свинска мас, 2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 2 супени лъжици нишесте, 1 голяма глава лук, 1 белтък, 1/2 чаена чаша пилешки бульон, сол.

Месото се нарязва на малки кубчета и се овалва в смес от леко разбития белтък и нишестето, размито с вода в съотношение 1:1.

Мазнината се загрява до кипене в дълбок тиган. Месото и половината от ситно нарязания лук се изпържават в нея до готовност. Изваждат се и се оставят на топло. Втората половина от лука се запържва леко в останалата мазнина, след което се добавят виното, бульонът и соевият сос. Сместа се оставя да ври 2 минути.

Готовото месо се залива с получения сос и се поднася веднага.

СВИНСКО С ДОМАТЕН СОС

Продукти: 500 г свинско месо от бута, 1 белтък, 40 г нишесте, растително масло за пържене. **За соса:** 200 г доматиено пюре, 150 г отцеден грах от консерва, 40 г нишесте, 100 мл бульон, 1-2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица захар, 2 супени лъжици растително масло, сол.

Почистеното, измито и подсушено месо се нарязва на тънки парченца и се овалва в смес от леко разбития белтък и нишестето, размито във вода в съотношение 1:1. Пържи се в обилно количество сгорещено растително масло, докато получи светла коричка, отцежда се от излишната мазнина и се оставя на топло.

В друг тиган се загрява растителното масло, предвидено за соса. Добавя се предварително разбърканата смес от доматиеното пюре, нишестето, размито с вода в съотношение 1:2, карамелизираната захар, бульона, соевия сос, виното и малко сол. Сосът се вари до сгъстяване. Накрая в него се пускат грахът и месото.

Ястието се разбърква добре, сваля се от огъня и се поднася веднага.

СВИНСКО С ДЖИНДЖИФИЛ

Продукти: 500 г нетлъсто свинско месо, по 1 чаена лъжичка сол, захар и смлян бял пипер, 1 супена лъжица соев сос, 6 супени лъжици нишесте, 3 супени лъжици брашно, растителна мазнина за пържене. **За соса:** 2-3 стръка пресен лук, 1 корен пресен джинджифил, 2 супени лъжици растително масло, 4 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 1 чаена чаша пилешки бульон, 1 чаена лъжичка смлян бял пипер, 2 супени лъжици захар, 5 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оцет.

Месото се нарязва ивици с дължина около 5 см, овалва се в смес от солта, захарта, пипера и соевия сос и се оставя да престои 10 минути. След това се овалва в смес от нишестето и брашното.

В дълбок тиган се налива обилно количество мазнина и се сгорещява. Ивичките месо се изтръскват от излишното брашно и нишесте и се пържат на порции до златисто. След това всичкото месо се връща в горещата мазнина и се пържи още 4 минути до тъмнокафяво. Изважда се и се отцежда върху попивателна хартия.

Лукът се нарязва на парченца с дължина около 5 см и заедно с нарязания на ивички джинджифил се запържва в растителното масло. Прибавят се виното, бульонът, соевият сос, захарта, пиперът и оцетът и сместа се оставя да поври за кратко. Добавя се изпърженото месо, ястието се разбърква и ври още 2 минути.

Поднася се горещо.

СВИНСКО В СЛАДКО-КИСЕЛ СОС

Продукти: 500 г нетлъсто свинско месо, 1 яйце, царевично брашно или нишесте, растително масло за пържене, сол. **За соса:** 1 зелена пиперка, 1 червена пиперка,

1 глава лук, 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджифил, 2 супени лъжици оцет, 4 супени лъжици захар, 2 супени лъжици доматиен сос или разрежено доматиено пюре, 2 супени лъжици царевично брашно, 2 чаени лъжички соев сос, 1 чаена лъжичка оризово вино (бренди), 300 мл вода.

Месото се нарязва на хапки, които се посоляват и се панират в разбитото яйце и в царевично брашно. Изпържват се до златисто в обилно количество мазнина, отцеждат се и се оставят на топло.

Приготвя се сосът. Почистените и нарязани на ивички пиперки, джинджифилът и ситно нарязаният лук се запържват в съвсем малко мазнина. Оцетът, захарта, доматиеният сос, царевичното брашно, виното, соевият сос и водата се разбъркват, слагат се да кипнат и се прибавят към запържените зеленчуци. Сосът се задушва около 5 минути на умерен огън. Ако е много гъст, се долива още малко вода.

Изпърженото месо се залива със соса и ястието се поднася топло.

СВИНСКО СЪС ЗЕЛЕН ФАСУЛ

Продукти: 600 г свинско месо от бута, 500 г тънък зелен фасул, 1 резен зеле, 5 супени лъжици растително масло, 2 белтъка, 4-5 супени лъжици царевично брашно, щипка лют червен пипер, 1 зелена салата, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица соев сос, 1 чаена лъжичка нишесте, размито в малко вода, 2 супени лъжици бульон, 1 чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), сол.

Месото се нарязва на много тънки филийки, които се овалват в леко разбитите белтъци и в царевично брашно. Изпържват се до златисто в 3 супени лъжици от мазнината, отцеждат се и се оставят на топло.

Почистеният и нарязан на парчета зелен фасул и нарязаното на кубчета зеле се бланшират за 1-2 минути в кипяща вода. Отцеждат се много добре и се запържват в останалата сгорещена мазнина. Добавя се лютият пипер.

Виното, соевият сос, нишестето и бульонът се смесват и се изсипват при зеленчуците. Сместа се бърка няколко минути на огъня. Накрая се прибавят месото и натриевият глутамат (вегета).

Ястието се разбърква, сваля се от огъня и се изсипва в чиния за сервиране върху измитите и подсушени листа от зелената салата.

СВИНСКО С БАМБУК И ПИПЕРКИ

Продукти: 500 г нарязано на кубчета свинско месо, 2 и 1/2 чаени чаши фъстъчено масло, 100 г ситно нарязани бамбукови връхчета от консерва, 3 стръка пресен лук (само зелената част), 1 зелена пиперка, 2 скилидки чесън, 2 чаени лъжички оризово вино (сладко бяло вино), 1 голямо яйце, 6-7 супени лъжици царевично брашно или нишесте, 1/2 чаена лъжичка морска сол, 1 чаена лъжичка сусамово масло. **За соса:** 2 супени лъжици кафява захар, 1 супена лъжица растително масло, 3 супени лъжици оцет, 1 чаена лъжичка царевично брашно, морска сол, смлян бял пипер.

Яйцето се разбива добре с виното и солта. Месото се потапя в тази смес и след това се овалва в царевичното брашно. Пържи се около 5 минути в сгорещеното фъстъчено масло, докато се покрие с хрупкава коричка. Изважда се с рещетъчна лъжица и се отцежда върху попивателна хартия.

Маслото се изсипва от тигана, като се оставят 2 супени лъжици. Бамбуковите връхчета, ситно нарязани

лук, нарязаната на ивички пиперка и счуканият чесън се запържват 3 минути в повторно загрятата мазнина. Добавя се свинското и се разбърква добре.

Съставките за соса се смесват и се загряват на умерен огън 4 минути, като се разбъркват. Изсипват се при месото и зеленчуците и ястието се оставя още малко на огъня. Преди поднасянето се поръсва със сусамовото масло.

СВИНСКО С АНАНАС

Продукти: 500 г обезкостено свинско месо от бутата, 3 кръгчета ананас от консерва, 100 г доматиено пюре, 10 г нишесте, 20 г захар, 1 супена лъжица оцет, 1-2 скилидки чесън, 50 мл растително масло, 1 чаена лъжичка сол.

Месото се начуква и се нарязва на хапки. Пържи се десетина минути в сгорещената мазнина, след което се залива с размитото в малко вода нишесте. Разбърква се няколко пъти, отцежда се от мазнината и се нарежда в затоплена чиния.

В същата мазнина се слагат доматиеното пюре, счуканият чесън, солта, захарта и оцетът и се бъркат на умерен огън, докато се получи гъст сос.

Месото се гарнира с нарязания на кубчета ананас и се залива със соса.

ПЪРЖЕНО СВИНСКО С ПАТЛАДЖАНИ

Продукти: 400 г свинско месо, 500 г патладжани, нишесте, растително масло за пържене, сол. **За соса:** 2 скилидки чесън, 2-3 стръка пресен лук, 50 г свинска мас,

2 супени лъжици соев сос, 40 г нишесте, размито в малко вода, 1 равна чаена лъжичка смлян джинджирил, 1 чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), бульон, сол.

Патладжаните се почистват, измиват се, нарязват се на ивици и се накисват за 10-15 минути в студена вода. След това се отцеждат добре, посоляват се леко и се изпържват в обилно количество растително масло. Свинското месо се нарязва на ивици, овалва се в нишесте и също се изпържва.

Патладжаните и месото се отцеждат добре от мазнината и се оставят на топло.

В сгорещената свинска мас се запържват нарязаният на иглички чесън и пресният лук, нарязан на едро. Добавят се соевият сос, малко бульон, нишестето, подправките и сол на вкус. Накрая в получения сос се пускат патладжаните и месото, ястието се разбърква няколко пъти и се сваля от огъня.

ПИКАНТНО СВИНСКО С БАДЕМИ

Продукти: 400 г свинско филе, 500 г тънък зелен фасул, 5-6 пресни гъби, 30 мл соев сос, 10 г нишесте, 1 чаена лъжичка захар, 150 мл растително масло, 100 г обелени бадеми, ситно нарязан пресен джинджирилов корен, смлян черен пипер.

Месото се нарязва на тънки ивички с дължина 2-3 см, които се смесват с нишестето, захарта, соевия сос и 1 супена лъжица растително масло.

Зеленият фасул се почиства, измива се, подсушава се и се нарязва на парчета, гъбите също се измиват, подсушават се и се нарязват на тънки ивици.

Мазнината се загрява в дълбок тиган и в нея най-напред се изпържват бадемите. Изваждат се и на тяхно място се пуска месото. Пържи се до готовност, като се

разбърква непрекъснато. След това се отцежда и се оставя на топло.

В същата мазнина се пускат джинджирилата, гъбите и фасулът и се пържат 1-2 минути. Налива се половин чаена чаша гореща вода, прибавя се месото, ястието се покрива с капак и се задушават 15 минути на слаб огън. Накрая се поръсва с черен пипер и се смесва с бадемите. Поднася се горещо.

СВИНСКИ РЕБРА СЪС ЗАХАРНА ГЛАЗУРА

Продукти: 300 г свински ребра, 500 г свинска мас, 2 яйца, 100 г нишесте, 150 г захар.

Ребрата се нарязват на парченца с дължина 2 см, които се овалват в яйцата, разбити с нишестето. Пържат се с сгорещената свинска мас до златисто, отцеждат се добре от мазнината и се оставят да изстинат.

В тиган се налива малко вода и в нея се разтваря захарта. Загрява се на огъня, докато захарта започне да се превръща в зърнеста маса. Прибавят се изпържените ребра и се разбъркват добре. Изваждат се, нареждат се в чиния и се поръсват с пудра захар.

Поднасят се с някакъв пикантен сос.

ЗАДУШЕНИ СВИНСКИ КРАЧЕТА

Продукти: 4-6 броя свински крачета, 50 мл оцет, 50 г захар, 1 чаена лъжичка ситно нарязан джинджирилов корен, 4-5 зърна черен пипер, 1 скилидка чесън, соев сос, растително масло.

Добре почистените свински крачета се пускат във вряща вода и се варят 5 минути. Изваждат се, подсуша-

ват се, насичат се на 6-8 парчета и се намазват със соев сос. Изпържват се в малко растително масло на слаб огън.

Разреденият с малко вода оцет се смесва със захарта, джинджифила, черния пипер и ситно нарязания чесън. Сместа се кипва и в нея се пускат свинските крачета. Заливат се с около 200 мл вода, така че течността да ги покрие. Слагат се да заврят на силен огън. След това температурата се намалява, съдът се покрива плътно с капак и ястието се задушава около 3 часа на слаб огън. Накрая свинските крачета трябва да бъдат напълно омекнали, а сосът трябва да бъде червеникаво-кафяв и гъст.

ЗЕЛЕВИ РУЛЦА

Продукти: 250 г свинска кайма, 1 малка зелка, разделена на листа, 1 морков, 1 яйце, 1 супена лъжица соев сос, 1/2 глава лук, щипка смян джинджифил, щипка натриев глутамат (вегета), 10 г нишесте, сол. **За со-са:** 50 г доматиено пюре, 25 мл растително масло, 25 г захар, 2 супени лъжици соев сос, смян джинджифил, натриев глутамат (вегета), сол.

Зелевите листа се попарват с вряла вода и се отцеждат добре. Нарязаният на дребни кубчета морков се бланшира за 1-2 минути във вряща вода и се изважда.

Каймата се слага в подходящ съд и се разбърква със соевия сос, разбитото яйце, морковите, нишестето, подправките и сол на вкус. Разпределя се върху зелевите листа, които се завиват стегнато на тръбичка. Всяка от тях се нарязва напречно на парченца с дължина 4 см. Получените рулца се нареждат внимателно в тенджера.

Доматеното пюре се запържва в сгорещеното растително масло, разрежда се с 200 мл гореща вода и се оставя да кипне. Добавят се захарта, соевият сос, под-

правките и сол на вкус. Рулцата се заливат с този сос, слагат се на силен огън, докато заврят, след това температурата се намалява и ястието се задушава около 15 минути.

ПАНИРАНИ ЗЕЛЕВИ КВАДРАТИ

Продукти: 150 г свинска кайма, 300 г зелеви листа, 1 супена лъжица соев сос, 1 стрък пресен лук, щипка смян джинджифил, натриев глутамат (вегета), 3 яйца, 50 г брашно, 50 мл растително масло, сол.

Зелевите листа се попарват с вряла вода, почистват се от грубите жилки и краищата им се изрязват, така че да се получат правилни квадрати или правоъгълници. Яйцата се разбиват добре с брашното. Каймата се разбърква със соевия сос, ситно нарязания лук, подправките и сол на вкус.

Зелевите листа се намазват с каймата и се нареждат един върху друг. Най-горният лист не се маже с кайма. Получената купчина се нарязва на малки квадратчета с размери 2x2 см.

Квадратчетата се овалват в сместа от яйцата и брашното и се пържат от двете страни в сгорещеното до 90-100°C растително масло. След като получат златиста коричка, се посоляват, добавят се малко натриев глутамат (вегета) и вода, ястието се покрива с капак и се задушава десетина минути, докато течността изври напълно.

КЮФТЕНЦА С ФИДЕ И ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: 500 г смяно телешко месо, 4 стръка пресен лук, 1 супена лъжица соев сос, 1 чаена чаша царевично брашно, 1 яйце, сол, растително масло за пърже-

не. За гарнитурата: 100 г фиде (спагети, юфка), 2 супени лъжици растително масло, 1 голяма глава лук, 1 голяма червена пиперка, 2 и 1/2 чаени чаши нарязано на тънки ивици зеле, 2 скилидки чесън, 2 чаени лъжички смлян джинджифил, 1 кутия (около 230 г) бамбукови връхчета, 3 чаени лъжички царевично брашно, 750 мл пилешки бульон, 1 супена лъжица соев сос, 3 супени лъжици сироп от сливи, сол.

Смляното месо се смесва със ситно нарязания пресен лук, соевия сос, царевичното брашно, разбитото яйце и сол на вкус. Сместа се разбърква добре и от нея се оформят неголеми кюфтенца, които се пържат по 4 минути в сгорещена мазнина. След това се изваждат и се слагат върху хартия, за да се отцедят.

Фидето се пуска в гореща подсолена вода и се вари десетина минути. Внимава се да омекне, но да не се развари. След това се отцежда и се оставя настрана.

Приготвя се гарнитурата. Лукът, нарязан на осминки, и нарязаната на ивици пиперка се задушават около 2 минути в сгорещеното растително масло, като се разбъркват. Прибавят се зелето, счуканият чесън и джинджифилът и се запържват 1 минута. Накрая се добавят бамбуковите връхчета, нарязани на кръгчета, и кюфтетата. Цялата смес се задушава още 2-3 минути.

Царевичното брашно се размива в малко бульон. Добавят се соевият сос, сливения сироп и останалият бульон. Зеленчуците и кюфтенцата се заливат с тази смес и се задушават до омекване (по желание може да се добави малко сол).

Зеленчуците и кюфтенцата се разпределят върху фидето и ястието се поднася веднага.

ПИЛЕ С ЛУК И ПИПЕРКИ

Продукти: 500 г обезкостено пилешко месо, 100 г лук, 1 голяма червена пиперка, 3 супени лъжици соев сос,

2 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 10 г захар, 500 мл бульон, щипка натриев глутамат (вегета), сол, 500 мл растително масло за пържене.

Пилешкото месо се нарязва на кубчета 2x2 см, слага се в купа, разбърква се с 1 супена лъжица соев сос и 1 чаена лъжичка вино и се оставя да престои 20-30 минути.

Мазнината се сгорещява в дълбок тиган до 170°C и пилешкото месо се изпържва в нея до златисто-кафяво. Късчетата се изваждат и се отцеждат.

Маслото се изсипва от тигана, като се оставят 2 супени лъжици.

В повторно загрятата мазнина се пускат нарязаният на тънки резенчета лук и пиперката, нарязана на ивици, и се запържват. Наливат се бульонът, останалият соев сос и останалото вино, добавят се захарта, натриевият глутамат (вегета), сол на вкус и изпърженото месо.

След като течността заври, огънят се намалява и ястието се задушава до готовност.

ПИЛЕ С ГОРЧИЦА

Продукти: 500 г бяло месо от пиле, 2 белтъка, 2 супени лъжици нишесте, 1 супена лъжица горчица, 3 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оцет, 1 супена лъжица сусамово масло, натриев глутамат (вегета), сол, 500 мл растително масло за пържене.

Месото се нарязва на тънки ивички и се разбърква добре със смес от леко разбитите белтъци и нишестето, размито в малко вода.

Мазнината се загрева в дълбок тиган, прибавя се месото и при непрекъснато разбъркване се пържи така, че ивичките да не се слепват. За целта мазнината не бива да бъде много гореща.

Изпърженото месо се отцежда от мазнината и се слага в чиния за сервиране. Залива се със соса, приготвен от горчицата, оцета, соевия сос, сусамовото масло, натриев глутамат (вегета) и сол на вкус.

ПИЛЕ СЪС СКАРИДИ

Продукти: 600 г бяло месо от пиле, 4-6 почистени скариди, 100 мл растително масло, 50 г нишесте, 2 белтъка, 50 мл соев сос, 30 мл оризово вино (бяло вино или коняк), 30 г доматиено пюре, 1 супена лъжица сусамово масло, 1 равна чаена лъжичка лют пипер, 1 супена лъжица захар, натриев глутамат (вегета), сол.

Почистените скариди се изпържват в малко мазнина и се оставят на топло.

Месото се нарязва на парченца с размери 6x4 см и се овалва в смес от леко разбитите белтъци, 20 мл соев сос и нишестето, размито в малко вода.

Мазнината се сгорещява и месото се изпържва в нея на умерен огън, докато получи златиста коричка от двете страни. След това се добавят виното, доматиеното пюре, останалият соев сос, захарта, пиперът и сусамовото масло. Ястието се разбърква още 1 минута на огъня, поръсва се с натриев глутамат (вегета) и се прехвърля в чиния за сервиране. Наоколо се нареждат изпържените скариди.

ПИЛЕ ПО ИМПЕРАТОРСКИ

Продукти: 500 г обезкостени пилешки бутчета, 2 супени лъжици растително масло, 1 супена лъжица бяло вино, 1 супена лъжица водка, 1 глава лук, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица захар, щипка смлян джинджирил, бульон, сол.

Ситно нарязаният лук и джинджирилът се запържват в сгорещената мазнина. Прибавя се месото, нарязано на малки хапки и се запържва бързо до полуготовност. Поръсва се със захарта, залива се с водката и малко бульон, така че да се покрие, захлупва се с капак и се задушава 1 час на слаб огън. След това се добавят виното и сол на вкус.

Ястието е готово, когато сосът се сгъсти.

ПИЛЕ С ЛИМОН

Продукти: 1 пиле, 2 супени лъжици соев сос, 2 лимона, 2 стръка пресен лук, 1 парче пресен джинджирил, 2-3 супени лъжици сусамово масло, 1 супена лъжица нишесте. **За соса:** 2 супени лъжици соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 1/2 чаена чаша бульон.

Пилето се почиства от кожата, разрязва се на четири парчета и се натрива със соевия сос.

Продуктите за соса се смесват, разбъркват се и към тях се прибавят тънко обелената и нарязана на ситно кора от единия лимон и изцеденият му сок.

Пилето се запържва от всички страни в сгорещената мазнина. Добавя се обеленият и нарязан на тънки резенчета джинджирил и се пържи още 1 минута, след което се добавя и сместа за соса.

Бърка се, докато заври. Огънят се намалява, съдът се покрива с капак и пилето се задушава 15 минути. След това се изважда, нарязва се на малки парченца и се връща в тигана.

Огънят отново се засилва, добавя се размитото в малко вода нишесте. Ястието се бърка, докато заври и се сгъсти.

При поднасянето се поръсва със ситно нарязания зелен лук и се украсява с кръгчета от втория лимон.

ЛЮТО ПИЛЕ

Продукти: 250 г бяло месо от пиле, 4 сушени люти чушки, 2 супени лъжици растително масло. **За маринатата:** 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица нишесте, 1 чаена лъжичка сусамово масло, 1/2 чаена чаша бульон. **За соса:** 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица захар, 1 чаена лъжичка сусамово масло.

Продуктите за маринатата се разбъркват добре. Почистеното от кожата и костите месо се нарязва на малки хапки, залива се с маринатата и се оставя да престои 1 час.

Нарязаните на ситно и почистени от семето люти чушки се запържват бързо в сгорещената мазнина. Щом започнат да потъмняват, се прибавя пилешкото месо заедно с маринатата и се пържи, като се бърка непрекъснато. След 2-3 минути се добавят предварително смесените продукти за соса. Ястието се бърка, докато се сгъсти.

Поднася се топло.

ПИЛЕ С ГЪБИ И ДЖИНДЖИФИЛ

Продукти: 250 г бяло месо от пиле, 150 г пресни гъби (печурки), 1 скилидка чесън, 1 парче пресен джинджифилов корен, 1 стрък пресен лук, 2-3 супени лъжици растително масло, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица оризово вино (сладко бяло вино), 1 супена лъжица нишесте, 1/2 чаена чаша бульон, смлян черен пипер, сол.

Месото се почиства от кожата и костите и се нарязва на кубчета, а гъбите, почистени от пънчетата, се нарязват на тънки филийки.

Чесънът и джинджифилът, обелени и нарязани на ситно, се пържат бързо в сгорещената мазнина, като се бъркат непрекъснато. Добавят се ситно нарязаният лук (бялата част), гъбите и месото. Запържват се, като се бъркат, след това се добавят виното и соевият сос. След 1-2 минути се налива и бульонът.

Ястието се задушава още няколко минути. Поднася се топло, поръсено със сол, черен пипер и ситно нарязани пера от зеления лук.

ПИКАНТНО ПИЛЕ С МОРКОВИ

Продукти: 600 г бяло месо от пиле, 300 г моркови, 2 стръка зелен лук, 1-2 люти чушки, 4 супени лъжици растително масло, 2 супени лъжици доматен сос (разредено доматено пюре), 1 супена лъжица оцет, 1 супена лъжица соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 1 пълна чаена лъжичка нишесте, черен пипер, сол, 2 супени лъжици сусам.

Месото се измива, подсушава се и се нарязва на тънки ивички. Лютите чушки се почистват от семето и също се нарязват на ивички. Морковите и лукът се нарязват на тънки кръгчета.

Месото се запържва в сгорещената мазнина, поръсва се със сол и черен пипер и се изважда. В маслото се пускат морковите и се запържват 4-5 минути, като се бъркат. Добавят се лукът и лютите чушки и също се запържват, като се разбъркват. Месото се връща при зеленчуците.

Доматеният сос, оцетът, захарта, соевият сос и размитото в малко вода нишесте се разбъркват добре и се изсипват в тигана. Ястието се бърка още 2-3 минути, докато се сгъсти. При поднасянето се поръсва със сусам, запечен леко на тиган без мазнина.

ПИЛЕ С ПИПЕРКИ И ДОМАТЕН СОС

Продукти: 500 г обезкостено пилешко месо, 50 мл растително масло, 100 г пушено свинско месо (пушени гърди), 1 глава лук, 1 скилидка чесън, 1 зелена пиперка, 1 червена пиперка, 2 супени лъжици доматиено пюре, 1 супена лъжица нишесте, 1 чаена лъжичка захар, 1 супена лъжица оцет, 1 супена лъжица соев сос, 100 мл пилешки бульон, пресен кориандър (магданоз), сол.

Месото се почиства от кожата и излишните тлъстини и се нарязва на хапки. Пушените гърди, нарязани на кубчета, се запържват в мазнината, докато станат хрупкави, и се изваждат. Пилешкото месо се запържва до златисто в същата мазнина и се изважда.

Слагат се ситно нарязаните лук и чесън. След като се позапържат, се прибавят пиперките, нарязани на ивици, и също се запържват, като се бъркат непрекъснато. Добавя се доматиеното пюре, предварително смесено с размитото в малко вода нишесте, захарта, соевия сос, оцета, бульона и сол на вкус.

Щом заври, огънят се намалява, добавят се пилешкото месо и пушените гърди и ястието се задушава още десетина минути. Поднася се топло, поръсено със ситно нарязан пресен кориандър (магданоз).

ПИЛЕ С ФЪСТЪЦИ

Продукти: 600 г обезкостено пилешко месо, 1-2 супени лъжици нишесте, 4 супени лъжици растително масло, 50 г фъстъци, 1 чаена лъжичка смян джинджирил, 3 супени лъжици соев сос, 2 лютти чушки, сол.

Месото се почиства от кожата, нарязва се на ивички и се овалва в нишестето. Пуска се в загрятата маз-

нина и се пържи 3-4 минути. След това се прибавят ситно нарязаните лютти чушки и фъстъците и също се запържват, като се бъркат непрекъснато. Поръсват се с джинджирила и сол на вкус и се добавя соевият сос.

Ястието се задушава още 1-2 минути, като се разбърква непрекъснато. Поднася се топло, с бял ориз.

ПИЛЕШКИ БУТЧЕТА СЪС СУСАМ

Продукти: 4 пилешки бутчета, 6 супени лъжици соев сос, 100 г мед, 2 супени лъжици сусам, 2 супени лъжици сусамово масло, 2 скилидки чесън, 1/2 чаена лъжичка смян джинджирил.

Пилешките бутчета се нареждат в плитък съд и се заливат с маринатата, приготвена от соевия сос, меда, сусама, сусамовото масло, джинджирила и счукания чесън. Оставят се да престоят най-малко 1 час, като често се обръщат.

След това се отцеждат и се пекат на скара или във фурната, като от време на време се поливат с маринатата.

Поднасят се с ориз и салатата.

ПЕЧЕНИ ПИЛЕШКИ КРИЛЦА

Продукти: 1 кг пилешки крилца, 2-3 стръка пресен лук, 3 супени лъжици мед, 2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици сос „Чили“, 2 супени лъжици растително масло, 1 чаена лъжичка смян джинджирил, 2 скилидки чесън, сол.

Ситно нарязаният лук се смесва с меда, растителното масло, счукания чесън, соевия сос, соса „Чили“, джинджирила и малко сол.

Пилешките крилца се срязват на две в ставите и парчетата се овалват добре в сместа. Нарездат се в тавичка и се пекаат във фурната до златисто-кафяво (около 25 минути), като от време на време се обръщат и се мажат с маринатата. Накрая огънят се засилва и ястието се пече още 5 минути.

Крилцата се поднасят горещи, залети със соса от печенето.

ПИЛЕШКИ ШИШЧЕТА

Продукти: 4 парчета бяло пилешко месо (без кожата и костите), 4 супени лъжици соев сос, 4 супени лъжици растително масло, 4 супени лъжици вино, 2 скилидки чесън, 2 супени лъжици захар, 2 чаени лъжички настъргана портокалова кора, 2 чаени лъжички смян джинджирил.

Пилешкото месо се нарязва на кубчета и се слага в дълбока купа. Залива се с марината, приготвена от соевия сос, растителното масло, виното, счукания чесън, захарта, портокаловата кора и джинджирила. Остава се да престои 1-2 часа, като от време на време се разбърква.

След това се нанизва на дървени или метални шишчета, намазани с мазнина (дървените шишове предварително се накисват за 30 минути във вода, за да не прегарят).

Шишчетата се пекаат 12-15 минути на скара, като се обръщат и се мажат с маринатата. Поднасят се горещи.

ПАТИЦА С ПОДПРАВКИ

Продукти: 1 млада патица, 2 малки глави лук, 3 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици оризово вино (вер-

мут или сладко бяло вино), 2 супени лъжици захар, 1 супена лъжица сусамово масло, смян джинджирил, канела, сечуански пипер (или смес от черен пипер и бахар), звездовиден ананас, натриев глутамат (вегета), сол.

Патицата се измива и се почиства. Залива се с вода и се вари 10 минути. Изважда се и се изплаква с топла вода, а бульонът се прецежда.

Патицата се залива с прецедения бульон и се добавят ситно нарязаният лук, соевият сос, виното, захарта, сусамовото масло, подправките и сол на вкус. Вари се 20 минути на слаб огън. След това температурата се увеличава, така че бульонът да заври, и се вари още 10 минути.

Патицата се отцежда от бульона и се поднася топла. Към нея се сервира бял ориз.

ПАТИЦА С ПРАЗ

Продукти: 500 г сварено и обезкостено месо от патица, 2 стръка праз (бялата част), 4 супени лъжици растително масло, 1 голяма червена пиперка, 1 парче пресен джинджирилов корен, 3 скилидки чесън, 3 супени лъжици пилешки бульон, 2 супени лъжици светъл соев сос, 2 супени лъжици оцет, 2 супени лъжици кафява захар, 2 чаени лъжички лют сос „Чили“.

Мазнината се загрява в дълбок тиган и в нея се пускат празът, нарязан на тънки кръгчета, нарязаната на ивици пиперка и обелените, нарязани на ситно чесън и джинджирил. Зеленчуците се пържат, като се бъркат непрекъснато, докато омекнат.

Добавят се месото, нарязано на ивички, и останалите продукти и се пържат още 2-3 минути, като се бъркат.

Ястието се поднася топло.

РИБА СЪС СОС ОТ КОРИАНДЪР

Продукти: 4 рибени филета, 1 морков, 1 стрък целина, 1 червена пиперка, 1 средно голяма тиквичка, 4 супени лъжици оризово вино (сухо бяло вино), 2-3 супени лъжици лимонов сок, 1 стрък пресен лук, черен пипер на зърна, сол. **За соса:** 4 супени лъжици растително масло, 3 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 1 супена лъжица оцет, 1 скилидка чесън, 1 чаена лъжичка лимонов сок, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка горчица, 1 чаена лъжичка смлян кориандър, малко настъргана портокалова кора.

Виното се смесва с лимоновия сок, черния пипер, ситно нарязания лук, малко сол и половин чаена чаша вода. Сместа се слага да кипне и в нея се пускат рибените филета.

Огънят се намалява и филетата се задушават около 2 минути, след което се обръщат и се задушават още 3 минути. Изваждат се и се отцеждат.

Зеленчуците се почистват, нарязват се на кубчета и се задушават с малко подсолена вода, докато омекнат, след това се отцеждат и се слагат в чиния. Отгоре се нарежда рибата.

Приготвя се сосът. Растителното масло се разбива с виното и оцета, прибавят се счуканият чесън, лимоновият сок, захарта, портокаловата кора, горчицата и кориандърът. Сместа се затопля на слаб огън, без да се оставя да кипне.

Ястието се залива със соса и се поднася.

ЗАДУШЕНА ЗМИОРКА С БАМБУК

Продукти: 1 кг змиорка, 100 г свинско месо (пушени гърди), 50 г отцедени бамбукови връхчета от консерва, 1 малка глава лук, щипка смлян джинджифил, 30 мл

оризово вино (бяло вино), 30 мл соев сос, 15 г захар, 50 г свинска мас, 10 г нишесте, 1 скилидка чесън, 500 мл растително масло за пържене, бульон, натриев глутамат (вегета), черен пипер, сол.

Змиорката се измива, почиства се, подсушава се и се нарязва на филийки с дебелина 4 см. Пържи се в растителното масло, докато хване лека коричка. Изважда се и се отцежда.

В сгорещената свинска мас се запържват нарязаните на ивици свинско месо, лук и чесън. Добавят се джинджифилът, рибата, виното, соевият сос, захарта и подправките.

Ястието се залива с 500 мл бульон и се задушава 30 минути. Накрая на тънка струя се сипва нишестето, размито в малко вода. Ястието се задушава още няколко минути, докато сосът се сгъсти.

РИБА С ДЖИНДЖИФИЛ

Продукти: 750 г нарязано на кубчета филе от бяла риба, 2 супени лъжици царевично брашно или нишесте, 1/2 чаена лъжичка смлян джинджифил, 1 супена лъжица ситна морска сол, 3 супени лъжици фъстъчено масло, 1 парче пресен джинджифилов корен, 4 пера от зелен лук, 1 супена лъжица червен винен оцет, 2 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 3 супени лъжици тъмен соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 3 супени лъжици пресен портокалов сок.

Рибата се овалва в смес от царевичното брашно, смления джинджифил и морската сол. Пуска се в сгорещеното фъстъчено масло и се пържи 4 минути, като внимателно се обръща, така че парченцата да се зачервят равномерно от всички страни.

Прибавят се джинджифиловият корен и зеленият лук, нарязани на ситно, оцетът, виното, соевият сос, за-

харта и портокаловия сок. Огънят се намалява, съдът се покрива с капак и ястието се задушава още 4 минути. Поднася се топло.

ПАНИРАНА РИБА СЪС СУСАМ

Продукти: 500 г прясна риба, 200 г сусам, 2 яйца, 1 стрък пресен лук, 5 супени лъжици брашно или нишесте, 1 супена лъжица оризово вино (бяло вино), смлян джинджифил, черен пипер, натриев глютамат (вегета), сол, растително масло за пържене.

Рибата се почиства, измива се и се нарязва на малки парчета. Поръсва се с виното и със смес от джинджифила, черния пипер, натриевия глютамат и сол на вкус. Остава се да престои 5 минути.

Яйцата се разбиват добре с брашното и се добавя сусамът. Рибените парченца се овалват в тази смес и се пържат в обилно количество загрята растителна мазнина.

Поднасят се топли, поръсени със ситно нарязания пресен лук.

РИБА С ПИКАНТЕН СОС

Продукти: 4 парчета филе от бяла риба (по 200 г всяко), 2 супени лъжици царевично брашно или нишесте, 1/2 чаена лъжичка ситна морска сол, 1 леко разбит белтък, 2 и 1/2 чаени чаши растително масло за пържене. **За соса:** 1 супена лъжица кафява захар, 2 супени лъжици пилешки бульон, 1 супена лъжица лют сос „Чили“, 3 супени лъжици пресен лимонов сок, 1 супена лъжица царевично брашно или нишесте, размито в малко вода.

Рибата се овалва в смес от царевичното брашно и морската сол. Излишното брашно се изтръсква и парчетата се потапят в белтъка.

Мазнината се загрява в дълбок тиган и рибата се пържи 5 минути в нея, докато добие златиста коричка. Изважда се, отцежда се върху попивателна хартия и се оставя на топло.

В малка тенджера се смесват всички продукти за соса. Сместа се слага на огъня да заври и се разбърква, докато се сгъсти.

Рибата се нарежда върху затоплена чиния и се поднася, залята със соса.

ПЪРЖЕН ЦЯЛ ШАРАН

Продукти: 1 измит и почистен шаран (около 1 кг), 2 чаени лъжички морска сол, 2 супени лъжици пшенично брашно, 2 супени лъжици царевично брашно, 5-6 супени лъжици студена вода, 2 и 1/2 чаени чаши фъстъчено масло. **За соса:** 1 супена лъжица царевично брашно или нишесте, 2 супени лъжици кафява захар, 4 супени лъжици оцет, 1 супена лъжица тъмен соев сос, 2 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 6 супени лъжици вода.

От двете страни на рибата се правят по 6 кръстообразни разрези, така че да се образува „мрежа“. Рибата се посолява отвън и отвътре.

Пшеничното и царевичното брашно се смесват и постепенно се налива водата, докато се получи рядко тесто. Рибата се полива равномерно с него и излишното тесто се отцежда.

Мазнината се сгорещява в голям тиган. Рибата се пуска внимателно в нея и се пържи десетина минути, като се обръща, за да се зачерви отвсякъде. След това се изважда, отцежда се от излишната мазнина и се оставя на топло.

В малка тенджера се загреват 2 супени лъжици от мазнината, в която е пържена рибата. Царевичното брашно се смесва със захарта, оцета, соевия сос, виното и водата. Сместа се изсипва в тенджерата и се бърка на умерен огън, докато се сгъсти.

Рибата се слага в затоплена чиния за сервиране и се залива със соса.

РИБА В КАРАМЕЛИЗИРАН СОС

Продукти: 4 филета от бяла риба, 60 мл оризово вино (бяло вино), 1 малка глава лук, 1 парченце джиджифилов корен, нарязано на ситно, черен пипер на зърна, сол. **За соса:** 1 портокал, 1 супена лъжица захар, 1 чаена лъжичка нишесте, 1-2 супени лъжици вода, 1 супена лъжица растително масло.

Рибените филета се нареждат в широк плитък съд. Прибавят се виното, няколко зърна черен пипер, ситно нарязаният джиджифил, нарязаният на филийки лук и сол на вкус. Долива се малко вода, колкото да се покрий филетата. Задушават се на умерен огън до омекване. След това рибата се изважда внимателно, отцежда се и се слага в чиния за сервиране.

Приготвя се сосът. Портокалът се обелва тънко и кората се нарязва на много фини, дълги ивички. Изцежда се сокът (трябва да се получи около половин чаена чаша).

Захарта се слага в малък съд задно с мазнината и се карамелизира до златисто-кафяво. Разрежда се с портокаловия сок и се разбърква добре. Прибавя се брашното, размито във водата, и сместа се бърка на силен огън, докато кипне и се сгъсти. Накрая се добавя портокаловата кора.

Задушената риба се поднася, залята със соса.

РИБА С ГРАХ

Продукти: 400 г филе от риба, 300 г замразен или консервиран грах, 3 стръка зелен лук, 1 яйце, 75 г нишесте, 1 супена лъжица соев сос, сок от 1/2 лимон, черен пипер, сол, 300 мл растително масло. **За соса:** 2 супени лъжици оцет, 1 супена лъжица мед, 2 супени лъжици доматен сос (кетчуп), 2 супени лъжици соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 2 супени лъжици вода.

Рибата се нарязва на малки парчета и се поръсва със сол, черен пипер и лимонов сок. Остава се да престои 20-30 минути. Яйцето се разбива добре със соевия сос и нишестето. Рибените парчета се панират в тази смес и се пържат до златисто-кафяво в сгорещената мазнина. Изваждат се, отцеждат се и се оставят на топло.

Маслото се изсипва, като в тигана се оставят 2-3 супени лъжици. Отцеденият грах се задушава 3-5 минути в него. Добавя ситно нарязаният лук и се задушава още 4-5 минути.

Продуктите за соса се разбъркват и се изсипват в тигана. Сместа се вари още няколко минути, като се разбърква.

Панираната риба се залива със соса и се поднася топла.

КАЛМАРИ С ЧЕСЪН И ВИНО

Продукти: 800 г почистени и нарязани калмари, 3 супени лъжици растително масло, 4 ситно нарязани пера от зелен лук, 1 скилидка чесън, 1 парче обелен и тънко нарязан пресен джиджифилов корен, 1 морков, 5 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 200 мл пилешки бульон.

Калмарите се пускат в кипяща вода и се варят в продължение на 3 минути. След това се изваждат и се отцеждат.

Мазнината се загрява в дълбок тиган и в нея се пускат морковът и чесънът, нарязани на тънки ивички. Добавят се лукът и джинджифилът. Запържват се 2 минути, като се бъркат.

Сипва се виното и сместа се задушава още 1 минута. След това се налива пилешкият бульон, оставя се да кипне и се вари до сгъстяване. Огънят се намалява, прибавят се калмарите и ястието се задушава още малко.

ЗАДУШЕНИ РАЦИ

Продукти: 10 речни рака, 2 стръка пресен лук, 2 супени лъжици оризово вино (бяло вино), 2 супени лъжици нишесте, 1 супена лъжица соев сос, копър, 2-3 супени лъжици растително масло, сол.

Раците се пускат във вряща подсолена вода заедно с няколко стръкчета копър и се варят 15-20 минути, докато почервенеят. Изваждат се, оставят се да изстинат и се почистват.

Мазнината се сгорещява и месото от раците се пържи в нея в продължение на 2 минути заедно със ситно нарязания лук. Добавя се виното, а малко след това – и нишестето, разтворено във вода. След като сосът се погъсти, се прибавя соевият сос.

Ястието се поднася веднага.

СКАРИДИ СЪС ЗЕЛЕН ФАСУЛ

Продукти: 250 г почистени скариди, 2 стръка пресен лук, 3 скилидки чесън, 1 чаена лъжичка ситно наря-

зан пресен джинджифил, 400 г тънък зелен фасул (сварен или от консерва), 3 супени лъжици растително масло, 1 супена лъжица соев сос, 1/2 чаена чаша бульон, 2 супени лъжици оризово вино (сладко бяло вино), 1 чаена лъжичка захар, 1 супена лъжица нишесте, 1 чаена лъжичка натриев глютамат (вегета), черен пипер, сол.

Соевият сос се разбърква с бульона, виното, захарта, черния пипер и сол на вкус. Скаридите се нарязват на парчета и се запържват в сгорещеното растително масло, като се бъркат. Прибавят се ситно нарязаният лук, нарязаният на ивички чесън и джинджифилът и също се запържват няколко минути, като се разбъркват.

Добавят се нарязаният на парченца зелен фасул и сместа от останалите продукти. Бъркат се на умерен огън, докато заврят. Накрая се прибавя нишестето, размито в малко вода. Ястието се поръсва с натриевия глютамат и се задушава, докато се погъсти.

Поднася се топло.

ПЪРЖЕНИ СКАРИДИ С БАМБУКОВИ ВРЪХЧЕТА

Продукти: 250 г скариди, 150 г бамбукови връхчета от консерва, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка сол, растително масло за пържене.

Скаридите се почистват, измиват се добре и се подсушават. Бамбуковите връхчета се отцеждат, нарязват се на парчета и се поръсват с щипка сол и щипка захар.

Скаридите и бамбуковите връхчета се пържат отделно в обилно количество мазнина. Изваждат се, отцеждат се и се пускат в няколко лъжици силно сгорещено растително масло. Добавят се солта и захарта и всичко се разбърква добре.

Ястието се поднася веднага.

ПАНИРАНИ СКАРИДИ

Продукти: 16 едри скариди, 1/3 чаена чаша нишесте, 150 г брашно, 1/2 чаена лъжичка бакпулвер, 250 мл вода, няколко капки лимонов сок, 1 супена лъжица сусамово масло, 3 супени лъжици мед, 3 супени лъжици леко запечен сусам, сол, растително масло за пържене.

Почистените скариди се подсушават и се овалват в нишестето.

Водата, лимоновият сок и сусамовото масло се смесват и се разбиват с брашното, пресято с бакпулвера и съвсем малко сол (по желание).

Скаридите се потапят в тестото и се пускат в обилно количество силно сгорещена мазнина. Пържат се 3-4 минути, отцеждат се и се оставят на топло.

Медът се загрява леко в неголям съд. Прибавят се изпържените скариди и внимателно се обръщат няколко пъти, за да се овалат в меда.

Скаридите се слагат в затоплена чиния за сервиране, поръсват се със запечения сусам и се поднасят веднага.

Ястието трябва да се поднесе много горещо, защото в противен случай си губи вкуса.

ШИШЧЕТА ОТ МИДИ

Продукти: 36 мидени ядки, предварително сварени или консервирани в собствен сос, 200 мл оризово вино (бяло вино), 1 супена лъжица лимонов сок, 1 чаена чаша ситно нарязан пресен кориандър (магданоз), 2 скилидки чесън, 6 резенчета бекон, 30 г растително масло, черен пипер, сол, 12 метални или дървени шишчета. **За соса:** 1 малка глава лук, 2 супени лъжици бял оцет, 100 мл бульон, 1/2 чаена лъжичка нишесте, сол.

Добре отцедените миди се пускат в кипящата смес от виното и лимоновия сок и се варят 1-2 минути. Изваждат се с решетъчна лъжица и се оставят да се отцедят, а сокът от варенето се запазва.

Ситно нарязаният кориандър и фино счуканият чесън се разбъркват добре, слагат се в чиния и мидите се овалват в тази смес. Беконът се нарязва на ивици, ширики по 5 см (общо 12 броя).

Мидите и навитите на рулца парченца бекон се наизват на шишовете, като се редуват, след което се намазват с растителното масло и се поръсват със сол и черен пипер.

Приготвя се сосът. Ситно нарязаният лук, оцетът и 80 мл сок от варенето на мидите се смесват и се варят 5 минути на силен огън. Прибавя се бульонът, в който е размито нишестето, огънят се намалява и сосът се вари, докато се сгъсти, като се бърка непрекъснато. Сваля се от огъня и се държи на топло.

Шишчетата се нареждат върху скара и се пекат 4-5 минути, като се обръщат, докато беконът се запече добре. Поднасят се веднага с варени спагети или ориз.

Сосът се поднася в отделна купичка.

БУХТИ С ЦВЯТ ОТ МАГНОЛИЯ

Продукти: 3 белтъка, 3 супени лъжици пудра захар, 3/4 чаена чаша брашно, листенца от цвят на магнолия (бяла акация, роза), фъстъчено масло за пържене, пудра захар за поръсване.

От разбитите белтъци, пудрата захар и брашното се замесва тесто. Прибавят се цветните листенца и се разбъркват добре.

С навлажнена ръка се оформят топчета, които се пържат до зачервяване в обилно количество силно сгорещена мазнина. Изваждат се с решетъчна лъжица, отцеждат се и се поръсват с пудра захар.

ПАНИРАНИ БАНАНИ

Продукти: 4 банана, 2 яйца, 4 супени лъжици брашно, 2 супени лъжици нишесте, щипка бакпулвер, нишесте за овалване, растително масло за пържене.

Яйцата се разбиват с брашното, нишестето, бакпулвера и малко вода. Полученото гладко тесто се оставя да престои 20 минути.

Бананите се обелват и се нарязват на парченца с дължина 3 см, които се овалват най-напред в малко нишесте, а след това – в тестото за паниране. Пържат се в обилно количество силно сгорещена мазнина.

По желание може да се поръсят с пудра захар.

ПЪРЖЕНИ ЯБЪЛКИ СЪС СУСАМ

Продукти: 2 едри зелени ябълки, 1/4 чаена чаша царевично брашно, 1 чаена лъжичка захар, 1 супена лъжица сусам, 1 белтък, 1 супена лъжица студена вода, растително масло за пържене, сусам за поръсване. **За сироп:** 2/3 чаена чаша захар, 2 супени лъжици вода, 1 чаена лъжичка лимонов сок.

Белтъкът се разбива леко. Прибавят се водата, захарта, царевичното брашно и сусамът. Всичко се разбърква на гладка смес.

Ябълките се обелват и се нарязват на 8 резенчета или на тънки кръгчета, като се почиства семенната част. Потопят се в белтъчната смес и се овалват отвсякъде. Пускат се в обилно количество сгорещена мазнина и се изпържват до зачервяване. Изваждат се и се отцеждат.

Приготвя се сиропът. Захарта, водата и лимоновият сок се смесват и се бъркат на слаб огън, докато захарта се разтопи. След като заври, сместа се оставя да

къкри леко на съвсем слаб огън. Когато сиропът започне да потъмнява, се сваля от огъня и се оставя да престои няколко минути.

Ябълките се нареждат в чиния за сервиране, поливат се със сироп и се поръсват с малко запечен сусам.

БОНБОНИ ОТ ФЪСТЪЦИ

Продукти: 500 г обелени фъстъци, 300 г захар, 3 супени лъжици сладко от настъргани портокалови кори (или от рози).

Едро счуканите фъстъци се заливат с вода и се слагат да се варят.

Захарта се разтваря в 1 чаена чаша вода и се вари на умерен огън. Когато сиропът се сгъсти, се прибавят отцедените фъстъци и сладкото.

Сместа се разбърква много добре и се оставя да поизстине. От нея с навлажнени ръце се правят топчета, които се нареждат в намазана с фъстъчено масло тава, за да се стегнат напълно.

ЯПОНСКА КУХНЯ

КРЕМСУПА ОТ ПРАЗ И СКАРИДИ

Продукти: 24 скариди, 1 голям стрък праз, 100 мл растително масло, 2 супени лъжици брашно, 4 чаени чаши рибен или зеленчуков бульон, 1 жълтък, 1/2 чаена чаша течна сметана, 1 супена лъжица соев сос, черен пипер, сол.

Почистените скариди се запържват леко в половината от мазнината. Нарязаният на кръгчета праз се запържва в останалата мазнина до омекване. Прибавя се брашното и също се запържва леко.

Сместа се разрежда постепенно с бульона. Бърка се непрекъснато на силен огън, докато кипне и се сгъсти. След това се сваля от огъня и се прибавят скаридите и соевият сос.

Супата се застроява с жълтъка и сметаната и се поднася топла, поръсена с черен пипер.

ОРИЗОВА САЛАТА

Продукти: 130 г тънък млад зелен фасул, 200 г ориз. За заливката: 2 супени лъжици оризов оцет, 1 супена лъжица светло сусамово масло, 2 супени лъжици тъмно сусамово масло, 4 супени лъжици соев сос, 2 нарязани пера от зелен лук.

Почистеният и нарязан на парчета зелен фасул се бланшира за 1 минута в кипяща вода, отцежда се, изплаква се със студена вода, подсушава се и се нарежда по края на чиния за сервиране.

Оризът се вари във вряща вода 10-12 минути. Отцежда се, промива се със студена вода и се слага в купа. Залива се със соса, приготвен от оцета, сусамовото масло и соевия сос. Разбърква се и се изсипва в средата на чинията за сервиране.

Салатата се поднася, поръсена със ситно нарязания лук.

ПЪСТРА ЗЕЛЕНЧУКОВА САЛАТА

Продукти: 1 зелена салата, 1 колраби, 1/2 голяма краставица, 1 средно голяма глава лук, 140 г млада царевичка от консерва, 10 репички, 3 супени лъжици соев сос, 3 супени лъжици оцет или лимонов сок, 1 чаена лъжичка сусамово масло, щипка захар, щипка натриев глутамат (вегета), сол.

Колрабито се нарязва на кубчета с размери 1x1 см. Краставицата и лукът се нарязват на тънки кръгчета, салатата се разделя на листа, които се измиват, подсушават се и се нарязват на ситно. Репичките се нарязват на дебели филийки. Зеленчуците се слагат в стъклена, порцеланова или дървена купа и се добавя отцедената царевичка.

Приготвя се заливката. Соевият сос се смесва с оцета, маслото, натриевия глутамат, захарта и сол на вкус. Всичко се разбива добре. Салатата се залива със соса непосредствено преди поднасянето.

Тази салата е подходяща гарнитура за почти всички видове японски ястия.

Може също да се поднесе и като самостоятелно ястие за лека вечеря. В този случай се сервира с варени яйца и ориз.

ЮФКА ПО ЯПОНСКИ

Продукти: 200 г юфка (фиде, спагети), 250 г нарязано на кубчета бяло месо от пиле, 1 морков, нарязан на тънки ивички, 1 глава ситно нарязан лук, 1 скилидка счукан чесън, 1 картоф, нарязан на малки кубчета, 1 малка червена пиперка, нарязана на ситно, 6 чаени лъжички растително масло, 1 пълна чаена лъжичка кърри прах, 1 парче обелен и нарязан на ситно пресен джинджифилов корен, 2 ситно нарязани пера от зелен лук, сол.

Растителното масло се сгорещява в голяма тенджера и в нея се запържват лукът и чесънът. Добавят се месото, морковите, картофите и пиперката и също се запържват, като се разбъркват, докато пилешкото месо не започне да се зачервява. Добавят се къррито и джинджифилът и се наливат около 200 мл вода.

Съдът се покрива с капак и ястието се задушават, като се разбърква от време на време. Когато зеленчуците омекнат и сосът се сгъсти, се посолява.

Юфката се вари до полуготовност в подсолена вода, след което се отцежда и се прибавя към другите продукти.

Ястието се задушават на слаб огън още няколко минути. След това се разпределя в купички и се поръсва със ситно нарязания зелен лук.

СУШИ

Продукти (за 30 порции): 10 едри замразени скариди, 20 парченца сурово рибено филе, 2 водни чаши сух ориз (с кръгли зърна), настърган хрян. **За соса:** 3 супени лъжици оцет, 1 супена лъжица захар, 1 пълна чаена лъжичка сол.

Скаридите се размразяват в студена вода, за да останат сочни. Почистват се внимателно, като опашките им се оставят. След това се срязват по дължина откъм вътрешната (вдлъбнатата) страна и се разтварят. Рибеното филе се нарязва на еднакви малки правоъгълници.

Оризът се промива 3-4 пъти, докато водата стане почти прозрачна. Отцежда се добре и се оставя да престои 30-40 минути, за да изсъхне напълно.

След това оризът се слага в тенджера и се залива с 2 водни чаши вода. Съдът се покрива плътно с капак, който не се отхлупва по време на варенето.

Първоначално оризът се слага да кипне на умерен огън. Щом заври, огънят се засилва за 1 минута. После се намалява за 4-5 минути. През последните 10 минути огънят се намалява до минимум. Накрая се изключва и оризът се оставя да престои на печката още 10 минути.

Междувременно съставките за соса се разбъркват добре, така че захарта и солта да се разтопят. Сместа се изсипва малко по малко в готовия ориз, като се бърка внимателно с дървена лопатка, докато оризът поеме течността.

Оризът се покрива с влажна кърпа и се оставя да престои няколко часа. Когато изстине напълно, се разпределя на порции. За целта ръцете се навлажняват в смес от вода и оцет (3:1), в дланта се взема по малко от ориза и се стиска, така че да се оформи плътно топче. Всяко от тях се поръсва с хрян и отгоре се поставя парченце риба или скарида. Към тях се поднася соев сос и маринован джинджифил.

Сушито може да се приготви и по друг начин. Парченцата риба или скаридите се разпределят в малки стъклени или керамични купички, предварително облетени с вода. Поръсват се с настъргания хрян и отгоре се покриват плътно с оризовата смес, която се заравнява и се оставя да престои половин час. След това купичките се обръщат в чиния.

Това ястие може да се приготви с множество различни продукти. Към ориза, приготвен по основната рецепта, се прибавят гъби, ферментирани соеви зърна, сепия, червен или друг хайвер, настъргани зеленчуци, солена съомга, водорасли нори, сладък омлет, соева извара тофу и др.

ШУГАЯКИ

Продукти: 800 г свинско месо (каре), 100 мл растително масло, 150 мл соев сос, 75 мл саке (бяло вино), 250 мл бульон, 1 супена лъжица захар, 1 супена лъжица ситно нарязан пресен джинджифилов корен.

Месото се нарязва напречно на тънки филийки, които се изпържват в сгорещената мазнина. Изваждат се и се оставят на топло.

Соевият сос се смесва с безсолния бульон и виното. Добавят се джинджифилът и захарта. Сосът се слага да кипне, след което с него се залива изпърженото месо. Ястието се украсява с кръгчета лимон, краставици и домати.

За гарнитура се поднасят пържени картофи и задушени зелен фасул.

ПЪЛНЕН ЛУК СЪС СОС

Продукти: 4 средно големи глави лук, 250 г смляно свинско месо, 1 яйце, 100 г пресни гъби, 1 супена лъжица растително масло, 2 чаени лъжички соев сос, 2 чаени лъжички саке (бяло вино), нишесте. **За соса:** 2 чаени чаши бульон, 2 супени лъжици соев сос, 1 супена лъжица захар, 2 чаени лъжички нишесте, 150 г тънък зелен фасул от консерва, сол.

Лукът се почиства, отрязва се откъм горната част и се издълбава внимателно, така че да останат 2 слоя. Издълбаната част се нарязва на ситно и се запържва в мазнината заедно със ситно нарязаните гъби. Сместа се добавя към смляното месо заедно с разбитото яйце, соевия сос и виното и се разбърква добре.

Издълбаните глави лук се поръсват отвътре с малко нишесте, напълват се със сместа и се поръсват с нишесте и отвън. Слагат се в дълбок тиган и се заливат с бульона и соевия сос. Добавят се захарта и сол на вкус. Лукът се вари на умерен огън около 30 минути. След това се добавя отцеденият и нарязан зелен фасул и се вари още 5 минути.

Напълнените глави лук се изваждат и се слагат в чиния за сервиране. В соса се добавя нишестето, размито в малко вода, и се вари още няколко минути до сгъстяване. Лукът се залива с този сос и се поднася.

ТЕРИЯКИ

Продукти: 600 г телешко или свинско месо от филето, 3 супени лъжици сусамово масло, 2 стръка пресен лук, 2 супени лъжици саке (сладко бяло вино), 2 супени лъжици светъл соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 1 чаена лъжичка настърган пресен джинджифилов корен, 1 ситно нарязана скилидка чесън, няколко капки лют сос („Табаско“), пресен кориандър.

Месото се нарязва на ивици и се слага в плитък съд. Залива се със смес от виното, соевия сос, джинджифила, чесъна, захарта и лютия сос и се оставя да престои 1 час, като от време на време се разбърква.

Сусамовото масло се сгорещява и в него се пуска отцеденото месо. Пържи се 2-3 минути, докато се зачерви. След това се залива с маринатата и се добавя ситно нарязаният пресен лук. Оставя се на огъня още 3-5 минути, докато по-голямата част от течността изври.

Ястието се поднася, поръсено със ситно нарязан кориандър. Към него се сервират мариновани краставици или салата от японска ряпа дайкон и ориз.

ЧЕРЕН ДРОБ С МАНДАРИНИ

Продукти: 600 г телешки или свински черен дроб, 300 г ориз, 800 мл вода, 200 г грах от консерва, 50 мл растително масло, 40 г брашно или нишесте, 4 мандарини, 20 г масло, 4 супени лъжици соев сос, червен пипер, сол.

Почистеният черен дроб се нарязва на филийки, които се потапят в растително масло, овалват се в брашното и се изпържват от двете страни. Поръсват се със сол и червен пипер.

Оризът се сварява във водата, смесва се с отцедения грах, подправя се с малко червен пипер и до поднасянето се държи на водна баня.

Върху всяко парче дроб се слагат по няколко резенчета мандарини, предварително леко запържени в маслото.

Ястието се гарнира с ориза и се поръсва със соевия сос.

ТЕПАНЯКИ

Продукти: 300 г телешко филе, 300 г свинско филе, 300 г свинско каре, 500 г пилешко месо, 300 г телешки дроб, 250 г моркови, 250 г тиквички, 250 г картофи, 250 г патладжани, 300 г лук, 50 мл растително масло, 100 мл соев сос.

Филетата и карето се нарязват напречно на тънки парченца. Пилешкото месо се обезкостява и се нарязва

на плоски парчета. Дробът се почиства от ципите и кръвоносните съдове и се нарязва на филийки. Зеленчуците също се почистват, обелват се и се нарязват на филийки.

Продуктите се пекат върху плоча, намазана с масло, и се поднасят веднага. Към тях се сервира соевият сос.

ЗАДУШЕНО ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: 1 пиле, 60 мл растително масло, 1 глава лук, 1 червена пиперка, 1 зелена пиперка, 2 моркова, 2-3 домати, 2 скилидки чесън, 1 стрък целина (без листата), 3 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици саке (бяло вино), 2 супени лъжици нишесте, 1 супена лъжица сусамово масло, 1/2 чаена лъжичка смян джинджирил, 2 супени лъжици ситно нарязан магданоз, черен пипер, сол.

Пилето се почиства от кожата и костите и от тях се сварява бульон, а месото се нарязва на дребни хапки или тънки ивици. Запържва се няколко минути в мазнината.

Добавят се нарязаните на тънки кръгчета моркови и лук и се запържват още 1-2 минути. След това се слагат нарязаните на ивички пиперки, обелените и ситно нарязани домати, счуканият чесън, нарязаният на кръгчета стрък целина, няколко зърна черен пипер и джинджирилът.

Ястието се задушва на слаб огън, като от време на време се долива по малко топъл бульон, смесен със соевия сос и виното.

Когато месото омекне, се прибавя размитото в малко вода нишесте. Ястието се задушва още няколко минути. Поръсва се със сусамовото олио и ситно нарязания магданоз и се поднася с варен ориз.

ПИЛЕ С КАРТОФИ

Продукти: 1 пиле, 120 г масло, 100 мл саке (бяло вино), 800 г картофи, 4 филийки хляб без кората, пресен кориандър, черен пипер, зелени подправки по избор, сол.

Бялото месо и бутчетата на пилето се изпържват в масло до златисто. Посоляват се, поръсват се с черен пипер и се заливат с виното и малко бульон (колкото да ги покрие), към който е добавен ситно нарязан пресен кориандър. Задушават се на слаб огън, докато омекнат.

При поднасянето месото се слага върху изпържените филийки хляб. Наоколо се нареждат бланшираните и леко запържени в масло картофи и се поливат със соса от задушаването на пилето.

Ястието се поръсва със ситно нарязани зелени подправки. Отделно се поднася салата.

ПИЛЕ С ЛИМОН И КОРИАНДЪР

Продукти: 4-6 пилешки пържоли от бутчетата, 2-3 супени лъжици растително масло, 4 супени лъжици лимонов сок, 2-3 супени лъжици ситно нарязан пресен кориандър (или 1 чаена лъжичка сушен смлян кориандър), 1 скилидка чесън, 1 чаена лъжичка захар, 2 супени лъжици тъмен соев сос, 1-2 лимона за украса.

Пилешките пържоли се измиват, подсушават се и се слагат в плитък емайлиран или порцеланов съд. Заливат се със смес от растителното масло, лимоновия сок, кориандъра, счукания чесън, захарта и соевия сос. Оставят се да престоят на хладно няколко часа, като от време на време се обръщат.

След това пържолите се отцеждат и се слагат върху намазана с мазнина скара. Пекат се около 30 минути, като се обръщат и се мажат с маринатата.

Нареждат се в чиния за сервиране и се украсяват с кръгчета лимон.

ЛЮТИ ПИЛЕШКИ ШИШЧЕТА С ФЪСТЪЦИ

Продукти: 600 г бяло пилешко месо (без кожа и кости), 70-80 г сланина, 1 глава лук, 2 скилидки чесън, 100 г пържени фъстъци, 2 супени лъжици соев сос, 2 супени лъжици лимонов сок, 1/2 чаена лъжичка захар, 1 люта чушка, 1/2 чаена лъжичка смлян кориандър, 1/2 чаена лъжичка смлян джинджирил, сол.

Ситно нарязаните фъстъци, лук и люта чушка, счуканият чесън, соевият сос, лимоновият сок, захарта, подправките и малко сол се разбиват с миксер. Ако сместа е много гъста, се разрежда с още малко соев сос и лимонов сок.

Пилешкото месо и сланината се нарязват на кубчета, заливат се със соса и се оставят да престоят 1 час. След това се отцеждат и се нанизват на дървени шишчета (предварително накиснати за половин час във вода). Нареждат се в намазана с мазнина тавичка и се пекат десетина минути във фурната, като се обръщат.

Поднасят се с останалия сос от маринирането.

ЗАДУШЕНИ ПИЛЕШКИ ДРОБЧЕТА

Продукти: 450 г пилешки дробчета, почистени и нарязани на половинки, 2 супени лъжици светъл соев сос,

2 супени лъжици сладко бяло вино, 2 супени лъжици растително масло, 1 зелена пиперка, нарязана на ивички, 4 ситно нарязани стръка пресен лук, 1 ситно нарязана скилидка чесън, 1 парче пресен джинджифилов корен, нарязано на ситно, 1/4 чаена лъжичка лют червен пипер, 2 супени лъжици захар, 3 супени лъжици тъмен соев сос, 1 чаена лъжичка сусамово масло.

Пилешките дробчета се слагат в плитък съд и се заливат със светлия соев сос, смесен с виното. Оставят се да престоят 20-30 минути, като се разбъркват от време на време.

След това дробчетата се изваждат, отцеждат се от маринатата и се пържат 3-4 минути в предварително сгорещеното масло, докато не започнат да добиват кафява коричка. Прибавят се пиперката, пресният лук, чесънът и джинджифилът и сместа се пържи още 1-2 минути. Дробчетата трябва да бъдат кафяви отвън, но розови отвътре.

Добавят се лютият пипер, захарта и тъмният соев сос и всичко се разбърква добре. Ястието се поръсва със сусамовото масло и се поднася веднага. По желание може да се украси с нарязана на тънки ивички ряпа.

ТЕМПУРА

Продукти: 400 г месо от бяла риба, 300 г почистени скариди, 1 морков, 3 картофа, 1 голяма глава лук, 2 яйца, 2 чашки брашно, 2 чашки ледена вода, растително масло за пържене. **За соса:** 4 супени лъжици соев сос, 3 супени лъжици саке (бяло вино), 3 супени лъжици настъргана бяла ряпа.

Рибата се нарязва на плоски парчета с дебелина 5 мм. Морковите, картофите и лукът се нарязват на кръгчета с приблизително еднаква дебелина.

Приготвя се тестото за паниране. Най-напред се разбиват яйцата, добавя се ледената вода и накрая се разбърква брашното.

Рибата, скаридите и зеленчуците последователно се овалват в студеното тесто и се пускат в загрятата до 180°C мазнина. Пържат се, докато добият хрупкава коричка. Тя се получава, когато има голяма разлика в температурата на продуктите и мазнината. Затова след известно време тестото за паниране трябва да се охлади и да се разрежи с парченца лед.

Изпържената риба, скариди и зеленчуци се поднасят горещи. Ядат се, като се топят в соса, приготвен от соевия сос, виното и настърганата ряпа. За гарнитура се поднасят безсолени ориз и салатата.

За разнообразие ястието може да се приготви и с други продукти: калмари, тиквички, гъби, карфиол и др.

ПЪРЖЕНА РИБА С ДОМАТИ

Продукти: 8 парчета филе от сладководна риба, 4-5 домати, 1 глава лук, 1 супена лъжица настърган пресен джинджифилов корен, 1 портокал, нишесте, черен пипер, сол, растително масло.

Ситно нарязаният лук и джинджифилът се запържват в 2 супени лъжици растително масло. Прибавят се обелените, почистени от семето и нарязани домати. Сместа се задушават 5-6 минути, посолява се и се подправя с черен пипер на вкус.

Измитото и подсушено филе се посолява, овалва се леко в нишесте и се изпържва от двете страни в сгорещена мазнина.

Нарежда се в чиния, залива се със сока, изцеден от портокала, и се поднася със задушените домати.

РУЛЦА ОТ РИБА С ГЪБИ И МОРКОВИ

Продукти: 800 г филе от бяла риба, 60 г масло, 100 г гъби, 1-2 моркова, щипка захар, магданоз, лимонен сок, брашно или нишесте, сол, растително масло за пържене.

Почистените филета се начукват съвсем леко с дръжката на ножа, посоляват се и се напръскват с лимонен сок.

Почистените и подсушени гъби се нарязват и се задушават с част от маслото, а морковите, нарязани на ивици, се сваряват в малко подсолена вода заедно с щипка захар и парченце масло.

Върху всяко филе се слага стръкче магданоз, парче морков и по няколко гъби. Завиват се на рулца, закрепват се с клечка за зъби, овалват се в брашно или нишесте и се изпържват в сгорещено растително масло.

Поднасят се с различни салати.

ЗАДУШЕНА РИБА С ДЖИНДЖИФИЛ

Продукти: 800 г филе от риба, 1 супена лъжица настърган пресен джинджифилов корен, 100 мл соев сос, 60 мл саке (бяло вино), 50 г захар, сок от 1 лимон.

Рибеното филе се нарязва на малки парчета и се залива със смес от соевия сос, виното, джинджифила, захарта и лимонения сок. Остава се да престои 5 часа. След това се слага на огъня и се вари няколко минути в маринатата.

Филето се изважда, отцежда се и се поднася с варен ориз и салата от сурови зеленчуци. Отделно се поднася соев сос.

ЯПОНСКИ ЦЕЛУВКИ

Продукти: 2 белтъка, 1/2 чаена чаша пудра захар, 1/2 чаена чаша обелени, запечени и смлени лешници, пудра захар за поръсване. За крема: 6 чаени лъжички масло, 4 чаени лъжички пудра захар, 1 жълтък, 1/4 чаена чаша обелени, запечени и смлени лешници.

Белтъците се разбиват в стъклен или порцеланов съд. Лъжичка по лъжичка се добавя пудрата захар и сместа се разбива, докато се сгъсти и стане лъскава. Накрая се прибавят смлените лешници и се разбъркват внимателно.

От сместа се шприцват спираловидно 42 кръгчета с диаметър 5 см върху тава, покрита с хартия за печене. Целувките се слагат в студена фурна и се пекаат 20 минути на слаб огън, докато засъхнат. Изваждат се и се оставят да изстинат в тавата.

Омекналото масло се разбива със захарта на гладък крем. Слага се жълтъкът и след като сместа го поеме, малко по малко се добавят смлените лешници.

Целувките се освобождават от хартията и се слепват две по две с лешниковия крем. Поръсват се с пудра захар.

ЧАЕН СЛАДОЛЕД

Продукти: 1 1/2 супени лъжици японски зелен чай, 1/2 чаена чаша кипяща вода, 2 белтъка, 1 жълтък, 1 и 1/2 чаени чаши пудра захар, 1 и 1/2 чаени чаши сметана.

Чаените листа се заливат с кипящата вода и се оставят да престоят известно време. Напълно изстиналата запарка се прецежда.

Белтъците се разбиват в малък съд на гъст сняг с пудрата захар, която се прибавя лъжичка по лъжичка.

След това се добавя жълтъкът и накрая се налива охладената чаена запарка.

Сметаната се разбива отделно и се разбърква с чаената смес. По желание може да се добави малко зелена сладкарска боя.

Сместа се налива в подходящи чашки или кутия с капак и се замразява във фризера или в камерата на хладилника.

КОРЕЙСКА КУХНЯ

СУПА С КИСЕЛО ЗЕЛЕ

Продукти: 200 г телешко или говеждо месо, 400 г кисело зеле, 1 глава лук, 40 г нишесте, 40 г захар, 1-2 супени лъжици оцет, 800 мл бульон, растително масло за пържене, черен пипер, сол.

Месото се нарязва на малки парченца, посолява се и се поръсва обилно с черен пипер. Овалва се в нишестето и се изпържва в по-голямо количество мазнина.

Изпърженото месо се прехвърля в тенджера и се добавят нарязаното на тънки ивици зеле, ситно нарязаният лук, захарта и оцетът. Всичко се разбърква и се задушават около 1 час, покрито с капак.

Продуктите се заливат с бульона и супата се слага да заври. Сваля се от огъня и се поднася гореща.

По същия начин може да се приготви супа със свинско или овнешко месо.

МОРКОВИ С ЧЕСЪН

Продукти: 1 кг моркови, 350-400 г лук, 100 г почистен чесън, 200 мл растително масло, 2 супени лъжици оцет, черен пипер, сол.

Морковите се нарязват на тънки ивици (не се стържат на ренде), лукът се нарязва на полукръгчета, а чесънът – на ситно.

Лукът се задушава леко в мазнината, докато омекне, но без да се пържи. Добавят се морковите и се задушават 5 минути. След това се слага чесънът и се задушава още 3 минути. Накрая сместа се подправя със сол и черен пипер на вкус. Налива се оцетът, разреден с половин чаена чаша вода.

След като изстине, ястието се слага в хладилник и се оставя да престои 10-12 часа.

КИНЗИ

Продукти: 500 г кинзи (или зеле), 150 г сол, 1 глава лук, 1 малка главичка чесън, червен пипер, оцет.

Зелето се нарязва на тънки ивички, поръсва се със сол и се оставя да престои няколко часа. Лукът и чесънът се нарязват на ситно и се смесват с лют или сладък червен пипер на вкус.

След това всички продукти се разбъркват, прехвърлят се в глинен съд, затискат се с тежест и се оставят да престоят 2-3 дни.

Ако зелето ще се сервира същия ден, към него се прибавя малко оцет.

ПОУ ЗА

Продукти: 200 г брашно, 100 мл вода, щипка сол. За пълнежа: 400 г овнешко месо, 1-2 глави лук, червен пипер, сол.

Месото и нарязаният лук се смилат с месомелачка и се разбъркват добре с червен пипер и сол на вкус.

От брашното, водата и солта се омесва жилаво тесто, което се разточва на кора с дебелина 2-3 мм. От нея се изрязват кръгчета с диаметър 6-8 см. В средата им се слага по малко от пълнежа и краищата се защипват. Получените полукръгчета се нареждат на решетка и се варят на пара.

Поднасят се горещи, по 10 броя в порция.

ТЕЛЕШКО С ГЪБИ

Продукти: 500 г телешко месо, 500 г гъби, 80 г масло, 1-2 глави лук, 2 скилидки чесън, 1 малък морков, 1 корен магданоз, 2 чаени лъжички захар, 40 г пшенично или царевично брашно, 500 мл вода, червен пипер, сол.

Месото се нарязва на тънки филийки с размери 2x4 см, поръсва се със захар, сол и червен пипер и със ситно нарязаните чесън, моркови и магданоз, покрива се с капак и се оставя да престои 1 час.

Гъбите се почистват, нарязват се на ивички и се запържват в половината от маслото. Долива се малко вода и се задушават до омекване.

Месото се слага на силен огън заедно със ситно нарязания лук, останалото масло и водата и се вари около 30 минути. Десетина минути преди края на варенето се добавят гъбите и брашното, размито в малко вода. Ястието се доварява. Поднася се с бял ориз.

ТЕЛЕШКО С КЕДРОВИ ЯДКИ

Продукти: 600 г съвсем прясно телешко месо, 2-3 стръка зелен лук, 20 г захар, 1-2 скилидки чесън, 2 чаени лъжички подсолена сусам, 40 мл сусамово масло, 1 супена лъжица счукани кедрови ядки (орехи), 50 мл оцет, черен пипер, сол.
За соса: 40 мл сусамово масло, 10 г сол.

Месото се нарязва напречно на влакната на парченца с дебелина 4-5 мм, които се нарязват на много тънки ивички.

Към така приготвеното месо най-напред се прибавят част от сусамовото масло и част от захарта и се разбъркват. След това се слагат ситно нарязаните и счукани лук и чесън, подсоленият сусам, останалата захар, сол и черен пипер на вкус. След това се добавя останалото масло. Накрая се налива оцетът и всичко се разбърква добре. Сместа се оставя за 2 часа в хладилника.

Ястието се сервира с варен ориз без сол и без мазнина.

Отгоре се поръсва с кедровите ядки (орехите). Отделно се поднася сосът.

ГОВЕЖДО СЪС ЗЕЛЕ

Продукти: 300 г говеждо месо, 600 г зеле, 1 връзка пресен лук, 200 г моркови, 2 чаени лъжички захар, 20 г брашно, 2 скилидки чесън, черен пипер, сол.

Месото се нарязва на тънки ивици, поръсва се със захарта, ситно нарязания чесън, сол и черен пипер на вкус и се оставя да престои 1 час. Ако не е много сочно, се залива с малко вода.

След това месото се задушва 10 минути, добавят се нарязаните на ивички моркови, след още 10 минути се слагат ситно нарязаното зеле и лукът. Продуктите се заливат с вода, така че да се покриват, и се варят до омекване. Накрая се сипва размитото в малко вода брашно.

Ястието се подправя с масло и се поднася много горещо.

Сервира се като супа.

ТЕЛЕШКИ ДРОБ С КРУШИ

Продукти: 500 г телешки черен дроб, 30 г захар, 1 чаена лъжичка сусам, 1 чаена лъжичка натриев глутамат (вегета), 400 г круши, 3 стръка пресен лук, 1-2 скилидки чесън, 1 супена лъжица сусамово масло, 40 мл растително масло за пържене.

Почистеният дроб се нарязва на ивички с дебелина 5 мм и се запържва съвсем леко в растителното масло. Добавя се захарта и се разбърква добре. След това се слагат ситно нарязаните лук и чесън, сусамът, натриевият глутамат (вегета), сусамовото масло и сокът от 1 круша. Ястието се сваля от огъня.

Крушите се обелват, почистват се и се нарязват на дребни кубчета. Пускат се в подсолена вода, изваждат се, отцеждат се и се нареждат в кръг в чиния за сервиране.

Дробът се оформя на купчинка в средата.

ПЪРЖЕНО СВИНСКО ДЗЯЮ

Продукти: 500 г свинско месо, 40 г нишесте, 50 мл растително масло, черен пипер, сол.

Свинското се нарязва на дребни кубчета, които се посоляват, поръсват се с черен пипер и се заливат с нишестето, размито в малко студена вода. Оставят се да престоят известно време.

След това месото се пуска в загрялата мазнина и се пържи, като температурата постепенно се увеличава.

Поднася се горещо с варен ориз и салатата от сурови зеленчуци.

СВИНСКО СЪС ЗЕЛЕНЧУЦИ

Продукти: 600 г съвсем прясно свинско месо, 600 г зеленчуци по избор (моркови, тиквички, патладжани, пиперки, домати и др.), 3-4 супени лъжици растително масло, 2 супени лъжици лимонов сок, черен пипер, сол.

Месото се нарязва на много дребни късчета или на съвсем тънки ивички. Поръсва се със сол, така че да побелее, и се оставя да престои 20 минути. Изплаква се от солта и се поръсва обилно с черен пипер, така че да почернее. Престоява още 20 минути и се изплаква, но без да се отстранява всичият пипер.

Междувременно се подготвя сосът. Зеленчуците се почистват и се нарязват на дребно (патладжаните се нарязват и се накисват предварително за 2 часа във вода). Пържат се в загрялото растително масло.

Когато омекнат, се поръсват с лимоновия сок. Добавя се месото, всичко се разбърква добре и огънят се изключва. Ястието се сервира топло.

Ако месото не е съвсем прясно и проверено от ветеринар, на-добре е предварително да се запържи.

МАРИНОВАНО СВИНСКО

Продукти: 500 г съвсем прясно свинско месо от филето, 1 кг моркови, 4-5 глави лук, 100 мл растително масло, соев сос, червен пипер, черен пипер, смян кориандър, оцет, сол.

Месото се почиства от жили и тлъстини и се нарязва на много тънки ивички (като кибритена клечка).

Мазнината се сгорещява до кипене с 1 глава лук, нарязана на едри парчета. Когато лукът силно потъмнее, се изважда и се изхвърля.

Месото се залива с кипящата мазнина и се оставя да престои 2-3 часа, за да изстине.

Подготвят се зеленчуците. Морковите и лукът се нарязват на много тънки ивици, поръсват се със сол и се оставят, докато се отдели сокът им. След това се изцеждат и се смесват със соев сос, черен и червен пипер, кориандър и оцет на вкус.

Месото се разбърква със зеленчуците и се оставя да престои още 2 часа на студено.

КЮФТЕНЦА ЛАНДИВАН

Продукти: 600 г смяно свинско месо, 3 глави лук, 800 г кисело зеле, 100 г отцеден грах от консерва, 1-2 моркова, 80 г нишесте, черен пипер, сол, растително масло.

Каймата се разбърква добре със ситно нарязания лук, половината от нишестето, сол и черен пипер на вкус. От сместа се оформят малки топчета и се изпържват в сгорещена мазнина.

В друг тиган със сгорещена мазнина се запържват останалият лук, нарязан на ситно, отцеденото зеле, нарязано на тънки ивички, морковите, също нарязани на ивици, и грахът.

След като поомекнат, зеленчуците се смесват с изпържените кюфтенца. Сместа се слага в тавичка, поръсва се с останалото нишесте, размито в малко вода, и се запича 10-15 минути във фурната. Ястието се поднася горещо.

ВАРЕНИ КАЛМАРИ

Продукти: 1 кг калмари, 1 супена лъжица оцет, 2-3 скилидки чесън, 1 чаена лъжичка червен пипер, 1 чаена лъжичка черен пипер, 80 мл растително масло, сол.

Калмарите се почистват и се сваряват в подсолена вода. Отцеждат се и с нарязват на ивици с дължина 5 см. Подправят се с оцета, червения и черния пипер и счукания чесън. Заливат се с кипящото растително масло.

Поднасят се, след като изстинат.

КАЛМАРИ НА СКАРА

Продукти: 600 г калмари, 2 стръка зелен лук, 1 супена лъжица растително масло, 40 мл соев сос, 1 чаена лъжичка захар, 2 скилидки чесън, 1 супена лъжица подсолен сусам, черен пипер.

Калмарите се почистват, попарват се във вряща вода и кожата им се обелва. Нарязват се на парченца с дължина 7-8 см, ширина 1,5 см и дебелина 0,5 см.

Разбъркват се със ситно нарязаните лук и чесън, соевия сос, захарта, растителното масло, сусама и черния пипер и се оставят да престоят 40-45 минути. След това се нанизват на метални шишове (по 5-6 парченца на едно шишче) и бързо се запичат на скара. Поднасят се горещи.

РИБЕНО ФИЛЕ С ПИПЕРКИ И РЯПА

Продукти: 600 г филе от прясна риба, 2-3 червени пиперки, 1 морков, 1 бяла ряпа, 2 чаени лъжички натриев глутамат (вегета), 1 супена лъжица оцет, 1 супена лъжица захар, 1 супена лъжица водка, 1 супена лъжица сусамово масло, 1 чаена лъжичка сусам, 1-2 скилидки чесън, лимонов сок, сол, магданоз.

Рибеното филе се нарязва на парченца с размери 4x4x0,5 см, попарва се с кипяща подсолена вода и се отцежда добре. Слага се в чиния, поръсва се с оцета и се оставя да престои 1 час.

Ряпата, морковът и пиперките се нарязват на тънки ивички и се подправят със сусамовото масло, захарта, натриевия глутамат (вегета), водката, сусама и счукания чесън (по желание се прибавя и малко сол).

Зеленчуците се разбъркват внимателно с парченцата риба и се поднасят, поръсени с лимонов сок на вкус и ситно нарязан магданоз.

СЪДЪРЖАНИЕ

КИТАЙСКА КУХНЯ

Гъбена супа	3
Супа със спанак и скариди	4
Месна супа с краставици	4
Говежда супа с аспержи	5
Супа с черен дроб	5
Пилешка супа с черен пипер	6
Пилешка супа със спагети	6
Супа от раци	7
Салата от мариновано зеле	7
Салата от патладжани с чесън	8
Салата от аспержи	8
Салата от ряпа с лук	9
Зеленчукова салата	9
Салата от краставици	9
Салата от целина със скариди	10
Салата от свински бъбреци	10
Пикантна салата от свинска кожичка	11
Салата от птиче месо	11
Топла салата от пиле	12

Предястие от варени яйца	12
Ароматни яйца	13
Мариновани яйца	14
Пържени патешки яйца	14
Яйца със сладък сос	15
Омлет с пресен лук	15
Омлет със скариди	16
Омлет със свинско месо и подправки	16
Омлетени рула	17
Бял ориз по китайски	17
Ориз със зелена салата	18
Ориз с месо от краб	18
Ориз с яйца	19
Ориз с шунка и стафиди	19
Ориз с пилешко месо	20
Китайски равиоли Цзяо цзъ	20
Ман тоу	21
Питки Сао пин	22
Дим сум със скариди	22
Пържени рулца	23
Спагети със зеленчуци	24
Спагети със свинско и гъби	25
Спагети със сос	25
Броколи с гъби	26
Моркови, пържени с целина	27
Гъби със сос	27
Пържено зеле	28
Спанак със сусам	28
Задушени патладжани с пиперки	29
Пресни картофи със зелен лук	29
Спанак с картофи	30
Зеленчуци с ориз	30
Задушени зеленчуци със соя и ядки	31
Агнешко с чеснов сос	32
Агнешко с кориандър	33
Пържено агнешко по хунански	33

Подлютено агнешко с мед	34
Задушено телешко	35
Телешко с китайско зеле	35
Пържено свинско	36
Свинско с доматиен сос	37
Свинско с джинджирил	38
Свинско в сладко-кисел сос	38
Свинско със зелен фасул	39
Свинско с бамбук и пиперки	40
Свинско с ананас	40
Пържено свинско с патладжани	41
Пикантно свинско с бадеми	42
Свински ребра със захарна глазура	43
Задушени свински крачета	43
Зелеви рулца	44
Панирани зелеви квадрати	45
Кюфтенца с фиде и зеленчуци	45
Пиле с лук и пиперки	46
Пиле с горчица	47
Пиле със скариди	48
Пиле по императорски	48
Пиле с лимон	49
Люто пиле	50
Пиле с гъби и джинджирил	50
Пикантно пиле с моркови	51
Пиле с пиперки и доматиен сос	52
Пиле с фъстъци	52
Пилешки бутчета със сусам	53
Печени пилешки крилца	53
Пилешки шишчета	54
Патица с подправки	54
Патица с праз	55
Риба със сос от кориандър	56
Задушена змиорка с бамбук	56
Риба с джинджирил	57
Панирана риба със сусам	58

Риба с пикантен сос	58
Пържен цял шаран	59
Риба в карамелизиран сос	60
Риба с грах	61
Калмари с чесън и вино	61
Задушени раци	62
Скариди със зелен фасул	62
Пържени скариди с бамбукови връхчета	63
Панирани скариди	64
Шишчета от миди	64
Бухти с цвят от магнолия	65
Панирани банани	66
Пържени ябълки със сусам	66
Бонбони от фъстъци	67

ЯПОНСКА КУХНЯ

Кремсула от праз и скариди	68
Оризова салата	68
Пъстра зеленчукова салата	69
Юфка по японски	70
Суши	70
Шугаяки	72
Пълнен лук със сос	72
Терияки	73
Черен дроб с мандарини	74
Тепаняки	74
Задушено пиле със зеленчуци	75
Пиле с картофи	76
Пиле с лимон и кориандър	76
Люти пилешки шишчета с фъстъци	77
Задушени пилешки дробчета	77
Темпура	78
Пържена риба с домати	79

Рулца от риба с гъби и моркови.....	80
Задушена риба с джинджифил.....	80
Японски целувки	81
Чаен сладолед	81

КОРЕЙСКА КУХНЯ

Супа с кисело зеле	83
Моркови с чесън	83
Кинзи	84
Поу за	84
Телешко с гъби	85
Телешко с кедрови ядки	85
Говеждо със зеле	86
Телешки дроб с круши	87
Пържено свинско Дзяю	87
Свинско със зеленчуци.....	88
Мариновано свинско	88
Кюфтенца Ландиван	89
Варени калмари	89
Калмари на скара.....	90
Рибено филе с пиперки и ряпа	90