



SLADKOKYSLÉ TEĽACIE S PLEUROTUSOVÝMI HUBAMI A RYŽOVÝMI REZANCAMI

CELKOVÁ DOBA PRÍPRAVY: 60 MINÚT – CELKOVÁ DOBA VARENIA: 30 MINÚT

VYBAVENIE

- iCook 4-Litre Saucepan and Lid
- iCook Wok
- Nože
- Strúhadlo na zeleninu

PRÍSADY

- 1 cibuľa
- 1 sladká červená paprika
- 1 sladká žltá paprika
- 300 g pleurotusových húb
- 600 g teľacej sviečkovej
- 250 g konzerva plátkov ananásu
- 1 clove of garlic
- 30 g čerstvého zázvoru
- 300 g ryžových rezancov
- 100 ml extra panenského olivového oleja
- 50g nasekaných rajčín
- 2 lyžice sójovej omáčky
- Šťava z 1 citróna

SPÔSOB PRÍPRAVY

1. Nakrájajte všetku zeleninu a huby na prúžky, mäso nakrájajte na kúsky, ananás nakrájajte na kocky, pričom šťavu si odložte na omáčku, a nastrúhajte cesnak a zázvor.
2. Ryžové rezance varte v iCook 4-Litre Saucepan podľa pokynov o čase varenia uvedených na obale, potom opláchnite studenou vodou.
3. V iCook Wok rozohrejte olej, teľacie smažte 2 – 3 minúty, vyberte a odložte nabok.
4. Osmažte cesnak a zázvor, potom huby a zeleninu. Pridajte ananás a varte 3 – 5 minút.
5. Vmiešajte nasekané rajčiny, sójovú omáčku a šťavu z citróna. Pridajte trochu šťavy z ananásu pre sladšiu sladkokyslú chuť.
6. Pridajte mäso a rezance k zelenine, všetko spolu dôkladne premiešajte a prezentujte v mise.

Tip VPA: Pred prezentáciou tohto jedla pred ľuďmi si recept vyskúšajte doma. „Budete prekvapení, o koľko ľahšie to bude, keď si to vyskúšate vopred!“ hovorí VPA Corneli Robu.