

Ingrediente 4 Porții

= Kotányi Produkte

75 g	Ciuperci Shiitake
75 g	Ciuperci
200 g	Seitan
3 linguri	Sos de soia
4 linguriţe	Ulei de susan
200 g	Baby spanac
3 buc	Ceapă verde
1 buc	Ceapă galbenă
100 g	Morcovi
1 lingură	Ulei de arahide
250 g	Tăiţei de orez pe bază de cartofi dulci
2 linguriţe	Sirop de arţar
2 linguri	Susan (luminos sau întunecat, în funcţie de preferinţe)
1 linguriţă	Ghimbir măcinat
2 linguriţe	Usturoi granulat
	Piper negru boabe
	Sare de mare iodată

Japchae

90—105 Min.

Pregătire

1 În primul pas, se taie ciupercile şi seitanul în fâşii şi se amestecă cu un vârf de usturoi granulat, sos de soia, ghimbir măcinat şi ulei de susan.

2 Se spală spanacul, scurt în apă rece şi apoi se toarnă peste el apă fiartă. Se lasă sa se absoarbă timp de aproximativ două minute şi apoi se strecoară bine. Într-un castron separat, se amestecă cu puţin sos de soia şi ulei de susan şi se lasă să se absoarbă.

3 Apoi, se taie ceapa verde în inele subţir, ceapa galbenă în fâşii, iar morcovii în benzi subţiri.

4 Acum se adaugă puţin ulei de arahide într-o tigaie fierbinte şi se prăjesc seitanul, ciupercile şi ceapa timp de aproximativ două până la trei minute. Apoi se adaugă morcovii şi se prăjeşte totul în tigaie timp de încă cinci minute. Se amestecă din când în când.

5 Între timp, se gătesc tăiţeii de orez într-o cratiţă cu apă sărată conform instrucţiunilor de pe ambalaj. Se amestecă des, astfel încât să nu se lipească.

6 Se scurg pastele într-o sită fină şi se taie cu foarfeca. Apoi se pun tăiţeii strecuraţi înapoi în oala de gătit şi se amestecă cu uleiul de susan rămas şi cu siropul de arţar.

7 În cele din urmă, se adaugă ingredientele rămase şi se condimentează după gust cu un alt vârf de usturoi, sosul de soia rămas, sare şi piper.

8 Preparatul se serveşte în boluri sau farfurii mai adânci şi se acoperă cu semiţele de susan.