



Ingrediente 4 Porții

♦ = Kotányi Produkte

75 g	Ciuperci Shiitake
75 g	Ciuperci
200 g	Seitan
3 linguri	Sos de soia
4 lingurițe	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	Tăiței de orez pe bază de cartofi dulci
2 lingurițe	Sirop de arțar
2 linguri	Susan (luminos sau întunecat, în funcție de preferințe)
1 linguriță	♦ Ghimbir măcinat
2 lingurițe	♦ Usturoi granulat
	♦ Piper negru boabe
	♦ Sare de mare iodată

Japchae

🕒 90—105 Min. 🍴🍴🍴

Pregătire

- 1 În primul pas, se taie ciupercile și seitanul în fâșii și se amestecă cu un vârf de usturoi granulat, sos de soia, ghimbir măcinat și ulei de susan.
- 2 Se spală spanacul, scurt în apă rece și apoi se toarnă peste el apă fiartă. Se lasă să se absoarbă timp de aproximativ două minute și apoi se strecoară bine. Într-un castron separat, se amestecă cu puțin sos de soia și ulei de susan și se lasă să se absoarbă.
- 3 Apoi, se taie ceapa verde în inele subțiri, ceapa galbenă în fâșii, iar morcovii în benzi subțiri.
- 4 Acum se adaugă puțin ulei de arahide într-o tigaie fierbinte și se prăjesc seitanul, ciupercile și ceapa timp de aproximativ două până la trei minute. Apoi se adaugă morcovii și se prăjește totul în tigaie timp de încă cinci minute. Se amestecă din când în când.
- 5 Între timp, se gătesc tăiței de orez într-o cratiță cu apă sărată conform instrucțiunilor de pe ambalaj. Se amestecă des, astfel încât să nu se lipească.
- 6 Se scurg pastele într-o sită fină și se taie cu foarfeca. Apoi se pun tăiței strecurați înapoi în oala de gătit și se amestecă cu uleiul de susan rămas și cu siropul de arțar.
- 7 În cele din urmă, se adaugă ingredientele rămase și se condimentează după gust cu un alt vârf de usturoi, sosul de soia rămas, sare și piper.
- 8 Preparatul se servește în boluri sau farfurii mai adânci și se acoperă cu semințele de susan.

