

Krevety s marinovanou brokolicou na jazmínovej ryži

30—40 Min

Príprava

1. Rozmrazte krevety a olúpte ich (ak je to potrebné). Pripravte jazmínovú ryžu podľa návodu na obale.
2. Príprava marinády: Najemno nastrúhajte alebo roztlačte strúčik cesnaku. Zmiešajte cesnak so sójovou omáčkou, sezamovým olejom, šťavou z 1 limetky a koreniacou zmesou Kotányi Kari.
3. Nalejte vodu do veľkého hrnca. Nakrájajte brokolicu na ružičky. Odstráňte jadro z papriky a nakrájajte ju na kocky. Nakrájajte strúčik cesnaku na tenké plátky.
4. Blanšírujte ružičky brokolice vo vriacej vode 3 – 4 minúty. Vložte do ľadovej vody, aby si zachovali farbu.
5. Zahrejte wok, pridajte 2 PL sezamového oleja a cesnaku nakrájaného na plátky a krátko orestujte. Brokolicu a korenie niekoľko minút opekajte, pomocou polovice marinády deglazujte panvicu a vyberte zeleninu z panvice.
6. Na tej istej panvici smažte krevety, kým nebudú pekne opečené. Nalejte zvyšok marinády na krevety, krátko premiešajte a zložte z ohňa.
7. Uvarenú ryžu naberte na taniere so zeleninou a krevetami opečenými vo woku a ozdobte čiernym sezamom.

Ingrediencie 4 Porcie

= Kotányi Produkte

500 g	Krevety
300 g	Jazmínová ryža
1	Brokolica
2 kus	Zelená paprika
1 kus	Strúčik cesnaku
1 štipka	Čierne korenie celé
1 ČL	Čierne sezamové semienka

Na marinádu

1 kus	Strúčik cesnaku
4 PL	Sójová omáčka
5 PL	Sezamový olej (alebo slnečnicový olej)
2 PL	Karí