



# Вкусна купа със сайтан и джинджифил

⌚ 30—45 Минути 

## Подготовка

### Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

|            |                              |
|------------|------------------------------|
| 450 g      | Сайтан (нарязан на лентички) |
| 1 ч.л.     | Сусам                        |
| 4 скилидки | Чесън                        |
| 4 с.л.     | Сусамово олио                |
| 5 с.л.     | Соев сос                     |
| 1 с.л.     | Оризав оцет                  |
| 2 с.л.     | Кокосова захар (или мед)     |
| 1 стрък    | Зелен лук                    |
| 2 чаши     | Жасминов ориз                |
| 1 глава    | Броколи                      |
| 1 с.л.     | ♦ Джинджифил, млян           |
|            | ♦ Черен пипер на зърна       |
|            | ♦ Морска сол                 |

- 1 Пригответе ориза както е показано на опаковката.
- 2 Загрейте малко сусамово олио в тиган и добавете броколито (нарязано на малки розички). Пригответе на затворен капак и умерен огън за около 10 минути. Овкусете със сол и пипер.
- 3 В отделен тиган с малко олио добавете пресованите скилидки чесън и лентичките сайтан. Опържете сайтана от двете страни – по 1-2 минути.
- 4 В купичка разбъркайте соевия сос, джинджифила, оризовия оцет и кокосовата захар. Изсипете сместа при сайтана щом стане готов и продължете да готвите около 3-4 минути.
- 5 Разпределете ориза в купички, наредете сайтана отгоре и поръсете със сусам и зелен лук.

**СЪВЕТ:** Може да добавите и маринован джинджифил.

