



吃饭了吗? **Chi fan le ma? (czyt. czy fan le ma)**

To znaczy: jadłeś już? To pytanie często zadaje się w Chinach na powitanie, bo jedzenie jest bardzo ważną częścią tamtejszej kultury, a gotowanie traktuje się tam jak filozofię. Ważny jest zarówno smak, wygląd, zapach i sposób podania, jak i nazwa dania, która ma pobudzać apetyt i wyobraźnię!

Jak myślisz, co się kryje pod tymi fantastycznymi nazwami? Połącz nazwy dań z właściwymi potrawami!

Lwie głowy

Szpony Feniksa

Mrówki wspinające się na drzewo

Wulkany przykryte śniegiem

Półwki pomidorów posypane białym cukrem

Kurze łapki

Klopsiki podawane na kapuście

Nitki długiego makaronu z mielonym mięsem

W Chinach nawet gatunki herbaty, która jest tam bardzo ważnym napojem, mają przepiękne, poetyckie nazwy, na przykład: Wiosenny Ślimak, Żelazna Bogini, Srebrne Igły, Smocza Studnia, Deszczowy Kwiat...

Wymyśl swoją zwariowaną nazwę herbaty!

Czy wolno mlaskać i siorbać przy jedzeniu? W Chinach jak najbardziej! To sposób, by wyrazić uznanie dla gospodarza i pokazać, że to, co jemy, nam smakuje. Mamy nadzieję, że zasmakują Wam...

Przepisy na chińskie smaki opracowane przez Fundację Szkoła na Widelcu

Tofu gong bao

Składniki (na 2-3 porcje):

1 kostka tofu naturalnego

Marynata do tofu:

2 łyżki sosu sojowego • 1 łyżka octu ryżowego lub sok z ¼ limonki • 1 łyżeczka cukru • 1 łyżeczka skrobi kukurydzianej lub mąki kukurydzianej (ew. ryżowej) • 1 czerwona papryka • 1 cebula dymka • ½ szklanki orzeszków ziemnych (niesolonych) • 1 cm świeżego imbiru • 2 ząbki czosnku • ew. ½ papryki chili • 1 łyżka oleju rzepakowego

Sos:

2 łyżki sosu sojowego • 1 łyżeczka cukru • sok z ½ limonki • 1 łyżeczka oleju sezamowego • 4 łyżki wody • ½ łyżeczki skrobi lub mąki kukurydzianej (ew. ryżowej)

Do podania:

ryż lub makaron ryżowy

Przepis:

1. Tofu pokrój w kostkę.
2. Przygotuj w misce marynatę z sosu sojowego, octu (lub soku z limonki), cukru i skrobi (lub mąki kukurydzianej bądź ryżowej). Dodaj tofu i dokładnie wymieszaj, tak by wszystkie kostki oblepiły się marynatą. Odstaw na kilkanaście minut.
3. Paprykę umyj i pokrój w kostkę. Cebulę pokrój w kosteczkę.
4. Imbir obierz i zetrzyj na tarce o drobnych oczkach. Czosnek obierz i drobno posiekaj lub przeciśnij przez praskę. Jeśli używasz ostrej papryczki, pokrój ją w cienkie plasterki lub w kosteczkę.
5. Przygotuj sos. Do miseczki lub szklanki odmierź wszystkie składniki – sos sojowy, cukier, sok z limonki, olej sezamowy, wodę, skrobię (lub mąkę kukurydzianą bądź ryżową) – i dokładnie wymieszaj.
6. Jeśli chcesz podać danie z ryżem, ugotuj go zgodnie ze wskazówkami na opakowaniu.
7. Wsyp orzeszki na rozgrzaną suchą patelnię i praż je kilka minut, aż się zarumienią. Uważaj, by ich nie przypalić. Uprażone przesyp do miseczki.
8. Rozgrzej olej na patelni. Wrzuć na niego cebulę i podsmażaj kilka minut. Dodaj imbir, czosnek i papryczkę i smaż jeszcze przez chwilę. Dodaj paprykę i smaż kilka minut, od czasu do czasu mieszając.
9. Dorzuć na patelnię tofu wraz z marynatą i smaż jeszcze 2-3 minuty. Dodaj uprażone orzeszki i przygotowany sos. Wymieszaj, tak by sos oblepił wszystkie składniki. Po 1-2 minutach danie będzie gotowe.
10. Pokrój szczypiorek.
11. Jeśli chcesz podać danie z makaronem ryżowym, przygotuj go zgodnie z informacją na opakowaniu tuż przed podaniem.
12. Nałóż ryż lub makaron ryżowy i tofu na talerze i obficie posyp szczypiorkiem.