

MONGOLIAN BARBECUE

Čtvrtek, 22. června 2015

Dnes vám chci povědět něco o mongolském barbecue. Rádi jsme tam (do mongolské restaurace) chodili, ješkoliv v Americe, v Česku jsou dvě restaurace tohoto druhu v Praze, ale kde, to vám nemůžu říct, to by byla reklama. Jídlo lze porovnat s čínskými - ona to vlastně čína je. Krásné na tom ale je, že si jídlo tvoříte sami, podle vlastní a okamžité

Jedná se o způsob přípravy které se říká stir fry, otrocky slovo je to "míchej a smaž". Toto jídlo vzniklo v 1970 na Tchajvanu. Navzdory jménu to nemá nic společného s Mongolskem ani s barbecue. Když půjdete do restaurace, vezmete si misku nebo talíř, podle velikosti je určena i cena a nevíte, co dokáží nakrmit. postupujete kolem pultu s různými ingrediencemi, obvykle se začíná ořechy, keřky a buráky. Dále různé zeleniny, které nakrájené na malé kousky. Brokolice, karotka, apíkatý celer, fazolové klíčky, palmové výhonky, mladý hrášek (lusk), cibule, ananas, jalapeño papričky, listy koriandru.....

Další je maso, na tenounké plátky nakrájené hovězí a kuřecí; to se musí nejdříve zmrazit v lednici na tak tenké plátky nakrájet. Pro vegetariány a ty co to mají rádi, je tam i tofu. Pak máte možnost dát si do misky nudle, uvařené a studené špagety. Ty jsem si dával já, i když k jídlu vždy dostanete misku navíc rýže.

Další dáte do misky tekuté součásti, červené víno (zředěné), sojovou omáčku, pálivou omáčku obyčejnou i sladkou, vodu s citronem, sezamový olej ... a co já vím ješkoliv.

Potom misku odevzdáte kuchaři a ten se dá do díla. Vysype všechny ingredience na kruhový, 2 - 2,5 metru velký hladký plát, a začne oběd vařit. V jedné ruce má láhev s vodou, tuk se nepoužívá a v druhé drží tyč, kterou tu hromádku posouvá kolem pláče teplotě kolem 300°C. Dva až tři okruhy - a váš oběd je uvařen.

Tohle se dá snadno napodobit v domácích podmínkách. (Nemyslete na wok, tam se nedá dosáhnout té správné teploty - pokud nemáte silný hořák přímo na wok. Stěny jsou moc vysoké a chladí, takže ani dno se nedá dost rozehtat. V čínských restauracích, kde ve voku vaří, mají na to zvláštní hořáky.) Mé doporučení je pánev, a pokud možno rozpálit. Olej není třeba, do pánve vyklopte maso a zeleninu, pak jen přidat vodu a míchejte a míchejte. K tomu si uvařte rýži, nebo i ty špagety a ke konci je tam přidejte, klidně studené a jen nechte prohřát.

Přijete vám dobrou chuť, je to bezva a rychlovka, tedy kromě přípravy. MICHAL