MARINOVANÉ VEGGIE KULIČKY S RÝŽÍ

SLOŽENÍ

2 PORCE | 30 MIN | STŘEDNĚ POKROČILÍ

1 balení Garden Gourmet Veggie kuličky

2 lžíce sójové omáčky

½ lžíce ústřicové omáčky

1 lžička sezamového oleje

½ lžičky strouhaného zázvoru

½ lžíce medu

½ lžičky česneku v prášku

černý pepř

200 g bílé rýže

2 stonky jarní cibulky

1 polévková lžíce sezamových semínek

2 lžíce semínek granátového jablka

4 lžíce konzervované kukuřice

Veggie kuličky Garden Gourmet si perfektně rozumí s rýží a tuhle kombinaci můžete připravit snad na sto různých způsobů. V tomto receptu na kuličky vám ukážeme, jak na vynikající marinádu, která celému jídlu dodá asijský nádech. Nezapomeňte, že marinování chce svůj čas a proto pokrm začněte připravovat s dostatečným předstihem a ne až když už vám kručí v břiše.

PŘÍPRAVA

1. KROK

Marinádu připravte smícháním sójové omáčky, ústřicové omáčky, sezamového oleje, zázvoru, medu, česnekového prášku a černého pepře. Ústřicovou omáčku můžete nahradit klasickou rybí, nebo veganskou verzí, která se vyrábí z hub shitake a mořských řas.

2. UVAŘTE RÝŽI

Veggie kuličky Garden Gourmet pořádně obalíme v marinádě a necháme odležet alespoň jednu hodinu v lednici. Pokud kuličky necháte marinovat přes noc, bude chuť ještě výraznější.

3. KROK

Rýži si vždy připravte čerstvou a to způsobem, jaký máte nejradši. Co se týče typu rýže, k marinovaným kuličkám se bude nejvíc hodit jasmínová nebo basmati.

4. KROK

Do pánve přidejte trochu rostlinného oleje, na kterém osmahněte dostatečně uleželé kuličky. Zhruba za 4 minuty budou kuličky hotové, nezapomeňte je v půlce smažení obrátit, ať jsou důkladně propočené ze všech stran. Marinádu, která vám po kuličkách zbyla, nevyhazujte, ještě se bude hodit.

5. KROK

Uvařenou rýži rozdělte do misek. Na ni rozprostřete připravené marinované kuličky. Posypte sezamovými semínky, nakrájenou jarní cibulkou, semínky granátového jablka a kukuřicí. Nakonec polijte zbytkem marinády a plnohodnotný oběd či večeře je na světě.

NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA GARDENGOURMET.CZ