

CONTORNI

Verdure saltate alla cinese

Origine: Cina

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

■ Ingredienti per 4 persone

Verdure varie	500 g
Olio d'oliva	2 cucchiai
Soia	1 cucchiaio
Grappa di riso (o sherry)	1 cucchiaino
Sale	1/4 cucchiaino

■ Preparazione

- 1 Mondate e lavate le verdure e tagliatele a dadini, a listarelle o a rondelle. Portate a ebollizione una grande pentola di acqua salata.
- 2 Versatevi le verdure a poco a poco, incominciando da quelle che necessitano di una cottura più lunga (ci vorranno da cinque a sei minuti per le carote, tre minuti per le zucchine, due minuti per il sedano, ecc.).
- 3 Sgocciolatele accuratamente. Scaldate l'olio in un wok o in una padella dal fondo spesso. Fatevi saltare le verdure per un minuto o due. Aggiungete il sale e 15 cl di acqua.
- 4 Prolungate la cottura per altri due o tre minuti. Versate la soia e il liquore nella padella e mescolate con una spatola di legno. Lasciate cuocere un minuto e servite immediatamente.