

CONTORNI

Zucchine saltate all'orientale

Origine: Cina

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Zucchine piccole	500 g
Salsa di soia	1 cucchiaio
Sakè (o sherry secco)	1 cucchiaio
Olio d'oliva (o strutto)	2 cucchiari
Sale	
Pepe	

Preparazione

- 1 Strofinare delicatamente le piccole zucchine con un canovaccio umido per eliminare gli eventuali residui di terriccio, tagliare le estremità, affettarle sottilmente senza pelarle.
- 2 Scaldate l'olio o lo strutto in una grande padella (o in un wok) e fatevi rosolare le rondelle di zucchine da tre a cinque minuti a fuoco moderato, mescolando costantemente con una spatola.
- 3 Quando le zucchine sono cotte, insaporitele con sale e pepe, bagnatele con sei cucchiari di acqua mescolata con la salsa di soia e il sakè o lo sherry.
- 4 Portate a ebollizione, assaggiate, salate e pepate se necessario. Servite immediatamente in un piatto scaldato.
- 5 Se usate un wok, il cui fondo è più piccolo di quello di una normale padella, dovrete far cuocere le zucchine secondo il metodo cinese, e cioè facendo prima cuocere una parte delle rondelle nel centro e scostandole poi verso il bordo per far cuocere un'altra serie di zucchine.