

Mleté maso na zelenině z wok pánve

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- mleté maso 400 g
- střední pórek 1 ks
- červená paprika 2 ks
- olivový olej (Bertolli Extra Vergine) 1 lžička
- mražená kukuřice 1 balíček
- **podle chuti**
- sůl 1 ks
- petrželová nať 1 ks
- mletý zázvor 1 ks
- koření čína Vitana 1 lžice
- orient koření Vitana 1 ks
- **příloha**
- rýže 2 hrnek

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Čína

Počet porcí: 1

Postup:

Rýži propláchneme a dáme vařit, jak jsme zvyklí.

Pórek a papriku očistíme a nakrájíme.

Na pánvi rozežřejeme malé množství olivového oleje, na něm opékáme mleté maso, přitom maso rozdělujeme na drobné kousky. Okořeníme podle receptu nebo podle vlastní chuti. Přisypeme mraženou kukuřici a na kostky nakrájenou červenou papriku, za stálého míchání krátce smažíme, ke konci přípravy vsypeme jemně nakrájený pórek a ten už jen krátce orestujeme.

Na talíř upravíme vařenou rýži do hnízda a do něj naservírujeme masovo-zeleninovou směs z wok pánve.