

Tori no karaage (pácolt csirkeszárnyak japánosan) - készítette  
Nemeskövi Dénes mesterszakács



Hozzávalók:

12 húsos csirkeszárny, 4 gerezd fokhagyma, kisujjnyi darab friss gyömbér, kb. 1 evőkanál só, 1,5 dl nem túl sós sötét szójamártás (lehet a sűrű édes szójaszós is), 1,5 dl édes fehérbor, 1-2 kiskanál kristálycukor (ez el is maradhat), 1 mokkáskanál őrölt fehér bors, 1 kis csokor metélőhagyma, kb. 15 dkg burgonya- vagy kukoricakeményítő

a sütéshez:

bő olaj

a yaki-tori szószhoz:

1,5 dl nem túl sós sötét szójamártás (lehet a sűrű édes szójaszós is), 1,5 dl édes fehérbor, 1-2 kiskanál kristálycukor (ez el is maradhat), 1 mokkáskanál ötfűszerkeverék (sansapor)

1. A csirkeszárnyakat az esetlegesen rajta maradt tolltokoktól megszabadítjuk, megkapargatjuk. Ezután megmossuk, leszárogatjuk. Minden szárnyból 2 kis „combocskát” készítünk a következő módon. Először a felső, vastagabbik részét vágjuk le úgy, hogy a porcogónál egy éles késsel körbevágjuk a bőrt és az inakat a porcig, majd a szárnyat a vágás mentén kézzel kettéroppantjuk. Ezután késsel elvágjuk.
2. A vastagabb, húsosabb darabnál egyik kézzel megfogjuk a szabad csontvéget, a másikkal a húst, amit egészen a végéig egy mozdulattal, szinte kifordítva a csonttól lehúzzunk, mintha le akarnánk venni az egészet a csonttól. Ehhez ha kell, késsel is rásegítünk. Így nyeri el combocska formáját. A másik szárnydarabbal hasonló az eljárás, azzal a különbséggel, hogy ebben két csont van, amiből ahogyan a húst kifordítva a végére lehúzzuk, a vékonyabbat kicsavarjuk. A szárny hegyes kis végét levághatjuk, de ez nem kötelező.
3. A fokhagymát és a gyömbér megtisztítjuk, majd nagyon apróra vágjuk. A végén megsózzuk, amivel egy kés lapjával az egészet pépesre elkaparjuk. Egy tálba rakjuk, a szójamártással, a borral, a cukorral (ez nem feltétlen kell bele), a borssal és a fölaprított metélőhagymával összekeverjük. A szárnyakból készített kis combocskákat úgy forgatjuk bele, hogy a pácot igyekezzünk minél jobban beledörzsölni a húsba. 1-2 órára a hűtőbe tesszük, de akár egy éjszakára is otthagyhathjuk.
4. Érlelés után bő olajat forrósítunk. A keményítőt a pácolt húsokra szórjuk, összekeverjük, majd közepes lángon kb. 15 perc alatt, többször megforgatva megsütjük benne. Fontos, hogy sütés közben az olaj végig ellepje. Konyhai papírtörőre szedve lecsöpögtetjük.
5. Amíg a hús sül, a yaki-tori szószhoz valót egy lábasba rakjuk, és többször belekeverve

Tori no karaage (pácolt csirkeszárnyak japánosan) - készítette  
Nemeskövi Dénes mesterszakács

4-5 percig forraljuk, hogy egy kicsit besűrűsödjön. A sült szárnyakat a csontnál megfogva ebbe az ízes mártásba mártogatva fogyasztjuk.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra + pácolás

Egy adag: 625 kcal • fehérje: 39,4 gramm • zsír: 31,4 gramm • szénhidrát: 45,6 gramm •  
rost: 1,2 gramm • koleszterin: 173 milligramm