

Fasolka szparagowa po chińsku

Już jakiś czas temu na targu warzywnym pojawiła się świeża i chrupiąca fasolka szparagowa. Nie mogliśmy się jej doczekać, bo w zeszłym roku zajadaliśmy się nią przyrządzoną "po chińsku". Pysznie chrupiąca, mocno czosnkowa, a dla dorosłych można jej smak wyostrzyć płatkami chilli. Nawet nasz Najmłodszy, nie może się jej najeść – widać, że odziedziczył zamiłowanie do czosnku po babci ☐





Dla amatorów chińskiego jedzenia polecam frytki po chińsku –

przepis [tutaj](#).

Składniki (na 3 porcje):

- 500 g fasolki szparagowej
- 4 cm korzenia imbiru (lub 2-3 łyżki [domowej pasty imbirowej](#))
- 1 cała niewielka główka czosnku
- 2 łyżki tamari (lub sosu sojowego)
- sól i pieprz do smaku
- olej do smażenia
- 2 łyżki ziaren sezamu
- 1 łyżeczka suszonych płatków chilli (opcjonalnie)

Wykonanie:

Fasolkę płuczemy pod bieżącą wodą i gotujemy na parze aż będzie chrupka, ale nie rozgotowana.

Czosnek i imbir obieramy, myjemy i albo ucieramy na tarce albo otwieramy słoik z [pastą własnej produkcji](#) z lodówki ☐ .

Na oleju rozgrzanym na patelni smażymy czosnek i imbir przez około minutę. Wsypujemy ugotowaną na parze fasolkę, polewamy sosem tamari lub sojowym, mieszamy i doprawiamy do smaku. Smażymy przez 2-3 minuty. Na końcu posypujemy sezamem uprażonym przez kilka minut na suchej patelni. Dla dorosłych opcjonalnie można użyć płatków chilli.

Podajemy z ryżem albo z makaronem ryżowym lub kukurydzianym.

Smacznego!

- **Spodobał Ci się ten przepis? To bardzo się cieszę ☐ Będzie mi miło, jeśli skomentujesz i udostępnisz! Dzięki Tobie będzie on miał szansę dotrzeć do kogoś, kto być może potrzebuje go przeczytać.**
- **Obserwuj mnie na Facebooku [lamarida.pl](#) FB**
- **Śledź mnie na Instagramie [lamarida.pl](#) Instagram**
- **Dziękuję i pozdrawiam! ☐**

