17 Φεβρουαρίου 2014

Υλικά

- 90 γρ. ρύζι άγριο
- 300 γρ. ρύζι μπασμάτι
- 30 ml. φυστικέλαιο
- 400 γρ. χοιρινό μπούτι, κομμένο σε λωρίδες
- 1 κ.γ. μίγμα μπαχαρικών
- 3 γρ. ζάχαρη
- 2 αυγά ελαφρώς χτυπημένα
- 3 φέτες μπέικον κομμένες σε κυβάκια
- 1 σέλερι ψιλοκομμένο
- 1 καρότο 120γρ. κομμένο σε μικρά κυβάκια
- 6 κρεμμυδάκια φρέσκα ψιλοκομμένα
- 1 μήλο (150γρ.) καθαρισμένο και κομμένο σε κυβάκια
- 15 γρ. τζίντζερ ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδου ψιλοκομμένες
- 60 ml. σάλτσα σόγιας

- Χρόνος Προετοιμασίας
- Βαθμός Δυσκολίας
- Εύκολη
- Αριθμός ατόμων
- 6 άτομα

Σε μια κατσαρόλα με νερό που βράζει, βράζουμε το άγριο ρύζι για περίπου 20 λεπτά ή μέχρι να είναι έτοιμο. Το στραγγίζουμε καλά. Το ίδιο κάνουμε και με το μπασμάτι. Αφήνουμε τα 2 είδη ρυζιού να κρυώσουν.

Σε ένα γουόκ ζεσταίνουμε την μισή ποσότητα λάδι και προσθέτουμε το χοιρινό, το μίγμα μπαχαρικών και την ζάχαρη και μαγειρεύουμε μέχρι το κρέας να ψηθεί. Το αποσύρουμε από το γουόκ.

Βάζουμε τα μισά αυγά στο γουόκ και το κουνάμε ώστε να απλώσουν τα αυγά και να κάνουμε μια λεπτή ομελέτα. Μόλις η ομελέτα είναι έτοιμη, την βάζουμε σε ένα πιάτο και επαναλαμβάνουμε την διαδικασία για τα υπόλοιπα αυγά.

Ρολάρουμε τις ομελέτες και τις κόβουμε σε λεπτές λωρίδες.

Ζεσταίνουμε το γουόκ ξανά και σοτάρουμε το μπέικον. Προσθέτουμε το σέλερι και τα καρότα και μαγειρεύουμε μέχρι να ψηθούν. Προσθέτουμε το φρέσκο κρεμμυδάκι, το μήλο , το τζίντζερ και το σκόρδο. Σοτάρουμε και τα βάζουμε σε ένα μπολ.

Ζεσταίνουμε το υπόλοιπο λάδι στο γουόκ και προσθέτουμε όλο το ρύζι, το χοιρινό, τα λαχανικά και την σάλτσα σόγιας. Ανακατεύουμε και μόλις έχουν ζεσταθεί αρκετά προσθέτουμε και την ομελέτα.
Σερβίρουμε αμέσως.

Πηγή: cookbox.com.cy