

Теплый салат с говядиной



Ингредиенты

1 лук–порей (только белая часть)
1 ч. л. семян кунжута
крупные помидоры
сахар, перец по вкусу
масло растительное – 2 ст.л.
150 г мякоти тыквы
150 г консервированных початков кукурузы
1 веточка тархуна
петрушка
2,5 ст. л. соевого соуса
говяжья вырезка
вино белое сухое

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Говядину вымыть, обсушить и тонко нарезать. Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать пластинками. Порей вымыть и нарезать кольцами. Каждый початок кукурузы разрезать вдоль пополам. Помидор вымыть, нарезать дольками. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.

Шаг 2

Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить мясо, 3 мин. Добавить тыкву, порей и кукурузу. Готовить 5 мин.

Шаг 3

Соевый соус смешать с вином, зеленью и кунжутом. Добавить сахар и перец по вкусу. Влить смесь в сковороду с мясом и

овощами, протушить 1 мин. Снять с огня. Добавить дольки помидора, перемешать и выложить в салатницу.