
VERDURE SALTATE ALLA CINESE

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di verdure varie
- 2 cucchiaini olio d'oliva
- 1 cucchiaio soia
- 1 cucchiaino grappa di riso (o sherry)
- 1/4 cucchiaino sale

Mondate e lavate le verdure e tagliatele a dadini, a listarelle o a rondelle.

Portate a ebollizione una grande pentola di acqua salata.

Versatevi le verdure a poco a poco, incominciando da quelle che necessitano di una cottura più lunga (ci vorranno da cinque a sei minuti per le carote, tre minuti per le zucchine, due minuti per il sedano, ecc.).

Sgocciolatele accuratamente.

Scaldare l'olio in un wok o in una padella dal fondo spesso.

Fatevi saltare le verdure per un minuto o due.

Aggiungete il sale e 15 cl di acqua.

prolungate la cottura per altri due o tre minuti.

Versate la soia e il liquore nella padella e mescolate con una spatola di legno.

Lasciate cuocere un minuto e servite immediatamente.