

Мапо-тофу с острой говядиной и хрустящим чили-топпингом

Общее время **30 мин** 15 мин Время подготовки 15 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):

1 604 кДж / 384 ккал

Жиры: **21,8 г** Белки: **31,8 г**

Углеводы: **14,3 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

Для хрустящего топпинга:

2 ч. л. хлопьев перца чили
1 ст. л. белого изюма (или
тёмного изюма,
клюквы)
1 ст. л. рубленого арахиса
1 ст. л. семян подсолнечника
3 ч. л. соевого соуса
натурального брожения
Kikkoman

Для мапо-тофу:

400 г твёрдого тофу
1 пучок зелёного лука
1 красный болгарский
перец
1 зубчик чеснока
2 ст. л. масла Kikkoman из
поджаренного кунжута
400 г говяжьего фарша
400 мл мясного бульона
2 ст. л. бобового чили соуса
(тобан джан/тобадзян)
4 ст. л. соевого соуса
натурального брожения
Kikkoman
1 ч. л. коричневого сахара
Молотый (сычуаньский)
перец
1 ст. л. кукурузного крахмала

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Ингредиенты:

2 ч. л. хлопьев перца чили - **1 ст. л.** белого
изюма (или тёмного изюма, клюквы) - **1 ст. л.**
рубленого арахиса - **1 ст. л.** семян
подсолнечника - **3 ч. л.** соевого соуса
натурального брожения Kikkoman
Поджарьте чили, изюм, арахис и семечки на
большой сковороде. Приправьте соевым соусом
Kikkoman и снимите со сковороды.

Шаг 2

Ингредиенты:

400 г твёрдого тофу - **1 пучок** зелёного лука - **1**
красный болгарский перец - **1** зубчик чеснока -
2 ст. л. масла Kikkoman из поджаренного
кунжута - **400 г** говяжьего фарша
Нарежьте тофу кубиками по 2 см. Нарежьте
зелёный лук кольцами по диагонали, а перец —
кубиками. Мелко нарубите чеснок. Разогрейте
кунжутное масло Kikkoman в сковороде или
воке, добавьте фарш, половину зелёного лука,
перец и чеснок и хорошо обжарьте.

Шаг 3

400 мл мясного бульона - **2 ст. л.** бобового чили
соуса (тобан джан/тобадзян) - **4 ст. л.** соевого
соуса натурального брожения Kikkoman - **1 ч. л.**
коричневого сахара - Молотый (сычуаньский)
перец

Добавьте бульон, бобовый чили соус и хорошо
перемешайте. Добавьте кубики тофу и
аккуратно перемешайте, чтобы не поломать их.
Приправьте соевым соусом Kikkoman, сахаром и
перцем и готовьте на небольшом огне около 5

минут.

Шаг 4

1 ст. л. кукурузного крахмала

Смешайте крахмал с 2 ст. л. холодной воды и, помешивая, добавьте в соус, чтобы он загустел и покрыл ингредиенты глянцевым слоем.

Украсьте блюдо посыпкой чили и оставшимся зелёным луком. Подавайте с рисом Жасмин.