



TOM YUM

TOM YUM TO KLASYK WŚRÓD OSTRYCH TRADYCYJNYCH TAJSKICH ZUP. NAJCZĘŚCIEJ PODAWANA Z KREWETKAMI - TOM YUM KUNG LUB Z KURCZAKIEM - TOM YUM KAI. UWAŻANA JEST ZA JEDNĄ ZE ZDROWSZYCH ZUP NA ŚWIECIE.

TOM YUM (LUB TOM YAM) SWÓJ AROMAT ZAWDZIĘCZA TRAWIE CYTRYNOWEJ I TAJSKIEMU IMBIROWI - GALANGALU. PODCZAS JEDZENIA TRZEBA JEDNAK NIESTETY UWAŻAĆ NA TE SKŁADNIKI, PONIEWAŻ SĄ ONE NIEJADALNE I NALEŻY JE WYŁOWIĆ Z MISKI.



Tom Yum

POZIOM OSTROŚCI MOŻNA REGULOWAĆ POPRZECZ DOSTOSOWANIE ILOŚCI PAPRYCZEK CHILLI I PASTY CHILLI DODANEJ PODCZAS GOTOWANIA ORAZ WIELKOŚCI GOTOWANYCH KAWAŁKÓW PAPRYCZEK - PAPRYCZKI POKROJONE NA MAŁE KAWAŁKI NADADZĄ ZUPIE OSTRZEJSZY SMAK. KLASYCZNY TOM YUM MOŻNA ZABIELIĆ MLEKIEM KOKOSOWYM, KTÓRY DODATKOWO ZAŁAGODZI OSTROŚĆ ZUPY.

*W opcji zabieleniej użyj
1/2 szklanki wody i
1/2 szklanki mleka
kokosowego*

SKŁADNIKI:

- 50 g krewetek/kurczaka/owoców morza
- 2 łydgi trawy cytrynowej
- 1-2 liście papedy (limonki kaffir)
- 7-8 papryczek chilli
- 1 limonka
- 30 g boczniaków
- 1/2 łyżki pokrojonego galangalu
- 1 łyżka pokrojonej kolendry
- 1 łyżka pokrojonego szczypiorku
- 50 g cebuli
- 50 g pomidorów
- 1 łyżka sosu rybnego
- 1 szklanka bulionu
- 1 szklanka wody
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka pasty chilli

PRZYGOTOWANIE:

1. Dodaj wodę i bulion do garnka. Podgrzewaj na wolnym ogniu. Cały czas mieszając dodawaj liście papedy, przekrojone na pół łydgi trawy cytrynowej (odda więcej aromatu, gdy wcześniej ją lekko zmiażdżysz), pokrojony galangal i papryczki chilli.
2. Gdy zacznie się gotować dodaj pokrojone na ćwiartki pomidory, duże kawałki cebuli, boczniaki i krewetki/kurczaka. Gotuj aż krewetki się zaróżowią lub kurczak będzie gotowy.
3. Dodaj cukier, pastę chilli, sos rybny, kolendrę, sok z limonki i szczypiorek.
4. Gotuj na wolnym ogniu 1 minutę cały czas mieszając.
5. Podawaj z ryżem.

Smacznego i ostrego!