

Guiso de carne con verduras

Ingredientes:

- medio kilo de setas de botón
- medio kilo de solomillo de vaca
- 200 gramos de fideos frescos
- 3 cebollas blancas
- 3 cebolletas
- 1 zanahoria grande
- ½ col china
- 150 gramos de brotes de soja
- 250 gramos de brotes de bambú en conserva
- 150 gramos de tofu fresco
- 6 huevos
- 60 ml. de aceite

Preparación:

Cortar en rodajas finas la carne, colóquelas en una plato grande guardándolas en la nevera.

Cortar las cebolletas en láminas tirando la parte verde de la parte superior, la zanahoria en tiras finas, las setas por la mitad después de haberlas quitado el pie, la col en trozos medianos quitando las partes ásperas, los brotes de bambú en trozos uniformes, corte el tofu en trozos y las puntas de los brotes de soja.

Coloque las verduras y el tofu junto con la carne cocinando todo junto con los fideos durante 3 minutos hasta que se ablanden, escúrralos y colóquelos junto con las verduras y la carne.

Para hacer la salsa: mezclar el caldo de carne, salsa de soja, el sake, el mirin y el azúcar hasta que éste se disuelva.

Poner para cada comensal, un cuenco vacío, otro de arroz, otro para cascar el huevo y unos palillos

Coloque una sartén eléctrica y acéitela, cuando esté muy caliente, fría a fuego vivo durante unos 3 minutos una tercera parte de las verduras y apártelas a un lado, luego otro tercio de la carne en una sola capa hasta que se chamusque durante 1 minuto por cada lado, procurando que no se haga demasiado; salar un poco la carne, agregar los fideos y el tofu removiendo todos los ingredientes.

Cada comensal rompe un huevo dentro del cuenco y lo bate con los palillos, tomara de la sartén un trozos de sukiyaki, y lo impregna de huevo para comerlo tanda por tanda hasta terminar todo el plato.