

## CHAU MIN À CANTONENSE

Por Isabel Batalha Airosa

### INGREDIENTES:

- 1 pacote de macarrão chinês (450 - 500 gramas)
- 1 pacote de broto de feijão
- 400 gramas de carne de porco (de preferência filé mignon)
- 2 dentes de alho, picados
- 1 colher de sopa de shoyu "light"
- Óleo
- Sal
- Pimenta-do-reino
- 1 colher de sopa de maisena
- 50 gramas de gengibre (metade fatiado e depois cortado em tiras finas e a outra metade em pedaços)
- 1/2 maço de cebolinha (metade cortada em rodela finas e a outra metade em pedaços)
- Para o molho:
  - 1 xícara de água
  - 1 colher de chá de maisena
  - 2 colheres de sopa de shoyu "light"
  - 1 colher de chá de óleo de gergelim
  - Cebolinha em pedaços

### MODO DE FAZER:

- Escaldar o macarrão, passar na água fria, escorrer bem e colocar um pouco de óleo e misturar. Reservar.
  - Se preferir macarrão crocante, coloque-o no forno a 180° por 10 minutos.
- Passar o broto de feijão na água quente e depois na água fria, deixar escorrer. Reservar.
- Cortar a carne de porco em tirinhas finas, temperar com alho picado, uma colher de sopa de shoyu "light", óleo, sal, pimenta-do-reino a gosto, e uma colher de sopa de maisena. Reservar.
- Misturar todos os ingredientes do molho em uma tigela.
- Numa frigideira, esquentar o óleo, fritar os pedaços de gengibre rapidamente para obter o sabor no óleo. Retirar os pedaços de gengibre. Retirar e reservar metade do óleo para fritar o macarrão em duas vezes.
- Dividir a quantidade de macarrão em duas porções, fritar os dois lados e acrescentar a cebolinha cortada fina. Reservar.
- Refogar bem a carne de porco até estar bem cozida. Reservar.
- Refogar o broto de feijão com alho e gengibre e por fim colocar a cebolinha. Junta-se à carne já refogada e colocar por cima do macarrão. Disponha em uma travessa.

Molho – Na mesma frigideira, acrescentar os ingredientes do molho e mexer rapidamente até começar a engrossar. Espalhe este molho por cima da carne, broto de feijão e macarrão na travessa.

