

## **BOLETS SALTATS AL WOK**

**AUTOR: ANTONIO ALFONSO OLIVARES**



Temps de preparació: 5 minuts, més remulle

Temps de cocció: 10 minuts

### **PER A 4 COMENSALS**

1 cullerada d'oli

1 culleradeta d'arrel fresca de gingebre, pelada i finament picada

2 cebes tendres, finament picades

1 gra d'all, picat

1 Xile roig fresc, sense llavors i finament tallat

125 g de bolets xiïtes

50 g de bolets ostra

50 g de bolets Hon-shimeji

250 g de xampinyons xicotets

1 culladeta de pasta de Xile o Xile en pols

2 culladetes de licor d'arròs o xerés sec

2 culladetes de salsa de soja fosca

1 cullerada d'aigua un polsim de sal un polsim de sucre

1 culladeta d'oli de sèsam

## **Suggeriment:**

Els bolets “chiitds” deshidratades són un bon substitutiu de les fresques. Remullar en aigua temperada durant 20 minutos, escórrer i assecar bé. Extraure les tiges.

Afegir al wok juntament amb els altres bolets.

**Nota:** substitueix els bolets xinesos per les espècies que més us agraden i a gaudir

## **PREPARACIÓ:**

- 1 Calfar l'oli en el wok a foc mitjà. Afegir el gingebre, les cebes tendres, l'all i el Xile i ofegar enèrgicament durant 5-10 segons.
- 2 Agregar tots els bolets i ofegar durant 5 minuts més.
- 3 Afegir la pasta de Xile o el Xile en pols, el licor d'arròs o xerés, la salsa de soja, l'aigua, la sal, el sucre i l'oli de sèsam. Mesclar bé i coure remouent constantment durant 5 minuts.

Servir immediatament.