



1

Сварите рис: в кастрюлю всыпьте рис, промойте. Залейте водой на 1,5 см (1 стакан воды) выше уровня крупы, варите 15 минут после закипания. Посолите по вкусу.



2

Свинину нарежьте тонкими пластинами, брокколи разделите на более мелкие соцветия, морковь нарежьте тонкими слайсами, капусту крупными квадратами.



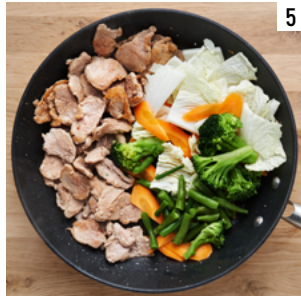
3

В сотейнике смешайте устричный и соевый соусы, сладкий соус чили и кунжутное масло. Прогрейте, помешивая, не доводя до кипения.



4

На раскаленную сковороду добавьте немного растительного масла, выложите равномерно свинину, обжарьте на сильном нагреве по 1,5 минуты с каждой стороны.



5

Не уменьшая нагрев, добавьте овощи (морковь, брокколи, пекинскую капусту, стручковую фасоль), обжарьте все еще около 2-3 минут.

К овощам и мясу добавьте соус из сотейника, перемешайте и прогрейте примерно 1 минуту.



5

Подавайте свинину с рисом и овощами на гарнир.

❄ Разморозьте заранее брокколи, стручковую фасоль и свиную вырезку