

# bet7k suporte - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: bet7k suporte

---

## Bang bang chicken: um prazérinho que vem do leste

O prato de frango bang bang é um dos pratos, como o piccalilli e o bibimbap, cuja popularidade provavelmente **bet7k suporte** parte se deve ao seu nome alegre de ouvir - **bet7k suporte** inglês, pelo menos. Conforme a família Leung, de origem chinesa e americana, explica **bet7k suporte** seu blog, "Bang, " **bet7k suporte** chinês, se refere a um instrumento usado para bater, bater e/ou esmagar", que é o método empregado para preparar o frango, do qual falaremos mais tarde.

Em qualquer caso, há mais no this Sichuan favorito do que apenas um nome memorável. "Sabor estranho" molho, por exemplo, que é estranho apenas **bet7k suporte** sentido de ser deliciosamente delicioso: uma combinação pungente de pimenta-da-jamaica, pimenta-da-jamaica, vinagre, creme de gergelim, molho de soja e apenas uma pitada de açúcar, é provavelmente a coisa mais incrível que já aconteceu com frango frio, e isso inclui a coroação de 1953. Tão feliz empacotado para um piquenique quanto no centro de um banquete, eu apostaria nisso como o salada de frango definitiva.

### O frango

Você realmente pode fazer isso com qualquer frango cozido (eu tento assar alguns para fazer a receita de Nigella Lawson, que BR bang bang como um veículo para peru restante do Dia de Ação de Graças), mas tradicionalmente a receita BR um frango inteiro, cozido com gengibre e cebolinha. A menos que, como J Kenji López-Alt para Serious Eats, você queira sacar a máquina de vacuum, cozinhar é certamente a melhor opção se você estiver cozinhando do zero, porque o frango fica muito mais suculento.

Você pode não querer fazer uma grande partida, nesse caso, vá para os peitos (e coxas ou pernas, se você gosta de carne escura: uma mistura oferece um conjunto mais interessante de texturas e, como os Leungs apontam, mais sabor, mas a carne branca absorve o molho melhor). Investigações cuidadosas das pessoas diligentes do Serious Eats revelam que colocar o frango **bet7k suporte** água fria, **bet7k suporte** vez de adicioná-lo a uma frigideira **bet7k suporte** ebulição, dá resultados mais tenros. Gosto de manter o osso e a pele nessa etapa, então também tenho um lote de caldo para o congelador, mas isso é por conta de você.

Para uma versão muito rápida, considere o frango defumado empregado pelo Ivy Cookbook (se você conseguir encontrar algum, é claro - a coisa parece ter caído **bet7k suporte** desgraça nos últimos anos), mas tenha **bet7k suporte** mente que, embora o sabor fumado funcione bem com **bet7k suporte** salsa mais doce, minha versão mais saborosa pode precisar de ajustes.

Fuchsia Dunlop escreve **bet7k suporte** seu livro The Food of Sichuan que a carne era tradicionalmente batida com paus de madeira para soltar as fibras, "para que pudesse ser arrancada **bet7k suporte** lascas à mão", mas admite que os cozinheiros modernos podem preferir simplesmente desfazê-lo **bet7k suporte** pedaços.

### O molho

Mais importante do que **bet7k suporte** escolha de proteína é o molho **bet7k suporte** que o enrola. Dunlop descreve uma "combinação incomum, mas profundamente satisfatória de sabores salgados, doce, azedo, nutty, quente e entorpecente", mas admite que a receita foi "uma das mais difíceis de registrar, porque eu desfrutei de tantas versões diferentes ``less dele". Então,

sinta-se à vontade para escolher os aspectos que lhe apelarem entre os mencionados abaixo. A salgadura geralmente vem do molho de soja, embora Lawson também adicione pasta de pimenta de fava chilli, o que dá à **bet7k suporte** versão um caráter muito salgado que alguns de meus testadores sentem, não inteiramente negativamente, como se tivesse saído de um pacote (o que, para ser justos, a pasta de pimenta chilli faz). Não todos incluem um elemento doce, mas aqueles que o fazem, isso vem na forma do molho de pimenta doce do Ivy ("sujo", "errado, mas certo", "me lembra de um sanduíche de Natal"), ou açúcar, que se sente mais como uma opção neutra. Azedo é mais direto: todos usam vinagre preto de arroz, com a exceção do Ivy, que molha o salada com vinagre de arroz **bet7k suporte** vez disso.

Nutty, **bet7k suporte** receitas de bang bang chicken para um público ocidental, geralmente significa manteiga de amendoim, seja cacau, como mencionado por Ken Hom e Ching-He Huang **bet7k suporte bet7k suporte** coleção Exploring China, ou suave, como preferido pelo Ivy e Lawson. A pasta de gergelim torrada nas receitas de Dunlop e López-Alt é a escolha mais Sichuan e, embora o tahini seja frequentemente sugerido como substituto, Dunlop adverte que ele tem um "perfil muito diferente" - de acordo com o site Red House Spice, *zhima jiang* é feito de sementes de gergelim torradas inteiras, enquanto o tahini apresenta sementes de gergelim descascadas cruas ou ligeiramente tostadas. Isso significa que ele tem um perfil muito mais amargo - embora você possa substituir tahini, eu misturaria com manteiga de amendoim cremoso (em uma proporção aproximadamente 1:1, como Hom e Huang recomendam), ou use apenas o último. Se você tiver gosto por cozinha Sichuan, no entanto, a coisa certa deve ser fácil de encontrar **bet7k suporte** lojas especializadas de alimentos chineses e online, ou você pode, como os Leungs, fazer o seu próprio molho esmagando sementes de gergelim torradas. Calor vem do azeite de pimenta (os Leungs, López-Alt e Dunlop) ou farinha de pimenta (Hom e Huang), com Lawson e o Ivy confiando no molho de pimenta chilli e molho de pimenta doce, respectivamente, para fazer dupla função. Eu prefiro o óleo, porque a gordura amansa o calor **bet7k suporte** algo mais redondo e macio do que os flocos que o infundem, e porque remove a necessidade de adicionar um óleo neutro para emulsionar a salsa. O quente, claro, tem que vir das pimentas-da-jamaica, que, embora não estejam presentes **bet7k suporte** todas as receitas, devem ser obrigatórias: **bet7k suporte** acidez tingelante, quase como xarope, faz tudo o que vale a pena para mim.

## A salada

Estritamente falando, isso não é uma salada, é um prato frio de frango, mas, no entanto, é frequentemente servido com muitas das mesmas trapaças - pepino ralado e cebolinha são ambos populares e, dada a picância do molho, presumivelmente incluídos por suas qualidades refrescantes. Hom e Huang também adicionam alface ralada e fatias de rabanete, que parecem muito bonitas e recebem o visto de aprovação dos testadores, assim como os vermicelli frios de feijão-mungo, que enchem bem o prato, especialmente se você estiver servindo sozinho. Lawson mistura folhas de hortelã e coentro, que trazem um frescor encantador.

Sementes de gergelim torradas são um acompanhamento comum, assim como os flocos de pimenta vermelha de Hom e Huang, embora, se você tiver que escolher um acompanhamento, eu optaria pela textura crujante das amêndoas picadas de Dunlop.

Observe que, embora todas as verduras de salada devem ser preparadas justo antes de servir, o resto da salada pode ser feito com antecedência.

## Frango bang bang perfeito

Preparo **20 min**

Cozimento **30 min**

Serve **4**

**2 peitos de frango, ou 1 peito e 1 perna** (isto é, coxa e soquete), preferencialmente com osso e com pele, ou use frango cozido

**1 grande pedaço de gengibre**, espesso cortado (sobre 50g)

**1 colher de chá de sal**

**4 cebolinhas**, 3 raladas

**100g de vermicelli de feijão-mungo** (opcional)

**1 pepino**, descascado, sem sementes e cortado **bet7k suporte** batonetes finos

**1 alface verde**, ou outra alface crocante, ralada (opcional)

**20g de amêndoas salgadas e torradas**, picadas grossas (ou sementes de gergelim torradas)

Se estiver cozinhando o frango do zero, coloque-o **bet7k suporte** uma frigideira grande o suficiente para conter e adicione o gengibre, o sal e a cebolinha inteira, lavada e esmagada com o lado plano de um canivete. Adicione água fria justa para cobrir, cubra e leve à ebulição.

Abaixe o fogo, desmonte e deixe cozinhar muito lentamente por cerca de 30 minutos, ou até cozido (o tempo exato vai depender do tamanho e da forma do frango que você usar). Levante a ave da água de cozimento e deixe esfriar e descansar.

Enquanto isso, amoleça os vermicelli, se estiver usando, **bet7k suporte** água quente por cerca de cinco minutos até ficar macio, então escorra bem. Enquanto isso, bata um pouco de azeite de pimenta no paste de gergelim, juntamente com algumas colheres de chá de água fria para criar uma consistência cremosa e cremosa. Misture os demais ingredientes do molho, saboreie e ajuste, se necessário.

Retire a pele e o osso do frango, se necessário, então desfaca-o **bet7k suporte** lascas. Pilhe **bet7k suporte** um prato de servir e circunde com a salada e os vermicelli, se estiver usando. Despeje o molho por cima e misture para cobrir (deve ser bem molhado). Coroar com as amêndoas, se estiver usando, imediatamente antes de servir.

“Fiquei desapontado que as pessoas do partido pediram para [Biden] deixar a corrida, e eu pensei **bet7k suporte** sair de controle”, 0 disse Ron Klain.

"Eu pensei que era infeliz, desagradável e público... Eu achei isso ruim... eu achava mesmo o serviço deles 0 estava sendo mal feito para ele mas acho Que Ele lidou com isto incrivelmente graciosamente E criou um plano Para 0 nós **bet7k suporte** 2024."

A apresentadora de podcasts Kara Swisher divulgou **bet7k suporte** conversa com Klain na segunda-feira, pouco mais que uma semana 0 depois Biden fazer história dizendo a ele para renunciar ao poder.

---

### Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: bet7k suporte

Palavras-chave: **bet7k suporte - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-27