

## دجاج مقلي مع الفطر وصلصة المحار على الطريقة الصينية



### إعداد

### المكونات

1. تُجمَع كل مكونات الصلصة في قدر. توضع على النار لتغلي مع مواصلة التحريك إلى أن تصبح الصلصة سميكة، من ثمّ توضع جانباً.
2. يُحمى الزيت في مقلاة كبيرة أو في مقلاة صينية؛ يُقلّى الثوم والزنجبيل حتى تبرز رائحة شهية. يُضاف الدجاج ويُحرّك إلى أن يتبدّل لونه.
3. يُضاف الفطر والبصل؛ ويحرّك لمدة دقيقتين.
4. تُسكب الصلصة المغلية فوق خليط الدجاج وتُغلى المكونات لمدة دقيقة واحدة.

- رطل للصلصة:
- أكواب ماء
- م ك صلصة المحار
- مكعبات مرقة الدجاج من ماجي®
- م ك دقيق الذرة
- م.ص سكر
- 1/4 1/4 م ص فلفل أسود مطحون
- رطل للقلّي:
- م ك زيت نباتي
- م ص ثوم، مقطّعاً ناعماً
- م ك مسحوق الزنجبيل
- غ صدور الدجاج
- أكواب فطر، مقطّع إلى شرائح
- كوب فطر بني/ مقطّع
- متوسطة بصل، مقطّع ناعماً

15 الدقائق ⌚

أشخاص 5 ⊕

15.9 غ	الكربوهيدرات
341.93 كيلو سعرة حرارية	الطاقة
01.9 غ	الدهون
97.1 غ	الأساسية
50.93 غ	بروتين
11.3 غ	الدهون المشبعة
1069.09 مغ	صوديوم
76.4 غ	السكريات