



Встречайте рецепты от шеф-повара **Фанг Лан Ли**

Научно-исследовательский и
прикладной центр,
г. Вилвоорде, Бельгия



Фритюрная смесь PanWok:

- ✓ Подходит для быстрого обжаривания при высоких температурах
- ✓ Удобная упаковка – 1л
- ✓ Образует меньше полимерной пленки по сравнению с традиционными маслами
- ✓ Высокое содержание ОМЕГА-3
- ✓ Подчеркивает колорит и вкус паназиатских блюд!



ОМЕГА-3

PAN
WOK

A close-up photograph of a dark blue ceramic bowl filled with a stir-fried dish. The dish consists of bite-sized pieces of light-colored chicken, golden-brown cashew nuts, and a variety of colorful vegetables including red and yellow bell peppers, green onions, and white scallions. The background is slightly blurred, showing more fresh vegetables like a yellow bell pepper and green onions. A semi-transparent white circular overlay is positioned on the right side of the bowl, containing the title text and the brand logo.

Курица с
орешками кешью

PAN
WOK

Вам понадобится:

- Куриная грудка без костей и кожицы – 450 г
- Яичный белок – 1шт
- Кунжутное масло – 1 ч.л.
- Кукурузная мука – 2 ч.л.
- Масло **PanWok** – 50 мл
- Орешки кешью – 100 г
- Шаосинское рисовое вино (или сухой херес) – 1 ст.л.
- Соевый соус – 1 ст.л.
- Соль – 1 ч.л.
- Красный сладкий перец, порезать кубиками – 1 шт.
- Желтый сладкий перец, порезать кубиками – 1 шт.
- Зеленый лук, мелко порезанный – 1



Способ приготовления:

- Куриную грудку порезать кубиками и положить мясо в миску, добавить белок, кунжутное масло, кукурузную муку и соль, все тщательно перемешать. Поставить заготовку в холодильник на 20 минут;
- В раскаленный вок влить масло **PanWok**, добавить заготовку из куриной грудки и обжарить при постоянном перемешивании. Примерно через 2 минуты, когда мясо посветлеет, быстро его вынуть;
- Вок тщательно протереть, вновь раскалить и влить 2 ч.л. масла **PanWok**. Добавить красный и желтый перец и обжарить при постоянном перемешивании в течение 3-х минут. Затем добавить орешки кешью, рисовое вино или сухой херес и соевый соус. Добавить курицу и обжарить при постоянном перемешивании в течение 2-х минут;
- Выложить готовое блюдо на тарелку и посыпать зеленым луком перед подачей.





Муравьи на
дереве

PAN
WOK

Вам понадобится:

- Соевая лапша – 100 г
- Масло **PanWok** – 20 г
- Чеснок, мелко порезанный – 1 ч.л.
- Имбирь, мелко порезанный – 1 ст.л.
- Ферментированная паста из соевых бобов – 1 ст.л.
- Фарш свино-говяжий – 200 г
- Куриный бульон – 100 мл
- Сахар-песок – ½ ч.л.
- Соевый соус – 3 ст.л.
- Зеленый лук, мелко порезанный - 1 ст.л.



Способ приготовления:

- Сварить лапшу в соответствии с правилами ее приготовления;
- В раскаленный вок влить масло **PanWok**, добавить имбирь, чеснок, пасту из соевых бобов и обжарить при постоянном перемешивании в течение 1 минуты;
- Затем добавить фарш и обжарить при постоянном перемешивании до готовности мяса;
- После этого добавить лапшу, сахар и соевый соус;
- Для придания сочности блюду влить куриный бульон;
- Выложить готовое блюдо на тарелку и посыпать зеленым луком перед подачей.

