

## RECETARIO DE COCINA CHINA



ANONIMO

### INDICE:

Abalone en lecho de lechuga / Fukien  
Ancas de rana / Pekinesa  
Anguila frita con apio / Szechuan  
Arroz frito a la cantonesa / Cantonesa  
Arroz frito de Yangchow / Shan-ghai y China Oriental  
Bocaditos de pescado / Shan-ghai y China Oriental  
Brotos de soja rehogados / Cantonesa  
Cabezas de león / Shan-ghai y China Oriental  
Cangrejos en salsa picante / Pekinesa  
Cangrejos perlíferos / Pekinesa  
Caracoles al vapor con jengibre / Hunan  
Carne rehogada con brecoles / Cantonesa  
Cerdo asado a la cantonesa / Cantonesa  
Cerdo blanqueado con aliño de Hunan / Hunan

<http://www.librodot.com>

Cerdo con pepino / Szechuan  
Cerdo en salsa agridulce (Estilo cantonés) / Cantonesa  
Cerdo en tiritas con repollo encurtido / Shan-ghai y China Oriental  
Cerdo guisado al estilo de Hunan / Hunan  
Cerdo rojo con castañas / Pekinesa  
Chin-hua chicken / Cantonesa  
Codillo con azúcar cristalizado / Shan-ghai y China Oriental  
Cohombros y langostinos / Fukien  
Cordero guisado, Estilo Fukien / Fukien  
Cordero y puerros salteados / Pekinesa  
Crema de abalones / Fukien  
Crepes mandarines / Pekinesa  
Cuajada de soja Ma-po's / Szechuan  
Cuajada de soja rebozada / Cantonesa  
Cuajada de soja rebozada / Pekinesa  
El cofre de las sorpresas / Shan-ghai y China Oriental  
Encurtido picante de pepino / Pekinesa  
Fai Lock Kar Teng (Familia feliz) / Cantonesa  
Fideos calientes con carne y verdura / Pekinesa  
Fideos fritos con ostras / Fukien  
Gambas a la pekinesa / Pekinesa  
Gambas fritas, servidas en seco / Fukien  
Har Yan Heong koo - Langostinos salteados con setas / Shan-ghai y China Oriental  
Hoong Siew Fei Ngap / Fukien  
Jamón de Hunan, con salsa dulce / Hunan  
Kay Chup Yue (Pescado con salsa agridulce) / Cantonesa  
Langostinos cocidos en vino / Fukien  
Langostinos con setas / Shan-ghai y China Oriental  
Menestra de crujientes verduras / Pekinesa  
Menestra de verduras fritas / Szechuan  
Nidos con huevo de grulla / Fukien  
Pato a la moda de Pekín / Pekinesa  
Pato ahumado al alcanfor y té / Szechuan  
Pato crujiente al estilo de Hunan / Hunan  
Pato frito con jengibre y puerros / Szechuan  
Pato lacado a la pekinesa I / Pekinesa  
Pato lacado a la pekinesa II / Pekinesa  
Pechuga de pollo salteada con gambas / Pekinesa  
Pescado "ahumado" al estilo de Shanghai / Shan-ghai y China Oriental  
Pescado "claro" a la cantonesa / Cantonesa

<http://www.librodot.com>

Pescado crujiente con cerdo y alubias negras / Szechuan  
Pescado en salsa de Hunan / Hunan  
Pescado sin espinas en salsa agri dulce, al estilo Shanghai / Shan-ghai y China Oriental  
Pollo Bang-Bang / Szechuan  
Pollo Chum-Pi / Szechuan  
Pollo con cacahuets / Szechuan  
Pollo troceado / Fukien  
Repollo rehogado agri dulce / Fukien  
Rollitos de primavera pekineses / Pekinesa  
Rollos fritos con cinco especias / Fukien  
Sopa de aletas de tiburón / Fukien  
Sopa de Melón mechado con Jamón chino / Cantonesa  
Sopa de nidos de golondrina / Fukien  
Sopa de raíz de loto con manos de cerdo / Hunan  
Sopa para mandarines al estilo de Pekin / Pekinesa  
Sopa pekinesa / Pekinesa  
Sopa picante/ agria / Szechuan  
Tallarines al estilo Szechuan / Szechuan  
Tallarines de arroz fritos / Fukien  
Verduras salteadas / Pekinesa

### Cocina Fukien: Abalone en lecho de lechuga

#### Ingredientes

1 lata de abalone, aquí no encontraremos fresco  
50 gramos o una lata pequeña de champiñones  
1 cogollo de lechuga, los de Tudela van muy bien  
2 cucharadas de aceite  
6 cebolletas, pequeñas  
6 discos finos de jengibre

#### Para la salsa

6 cucharadas de caldo  
1 cucharada de salsa de ostras  
1 cucharada de salsa de soya

<http://www.librodot.com>

1 cucharilla de maicena  
1 cucharilla de azúcar  
1 cucharilla de aceite de sésamo

#### Preparación

Cortar los champiñones por la mitad. Blanquear la lechuga, es decir hervirla en agua, por un minuto, sacarla y escurrirla bien, poner en el fondo de una fuente. En el wok calentáis las dos cucharadas de aceite, una vez caliente salteáis las cebolletas, cortadas bastamente, usar también parte de los tallos y el jengibre cortado en tiritas. Una vez salteada la verdura, añadís el abalone, cortado en discos finos, salteáis un poco y añadís los ingredientes de la salsa, cuando la salsa engorde un poco vertéis todo sobre el lecho de lechuga.

#### Notas

Otras verduras de hojas verdes se pueden usar. Como el abalone va caro también se puede hacer el plato con el músculo blanco de las vieiras. Al ser este músculo mas tierno que el de los abalones, se puede poner entero o cortado por la mitad.

Cocina pekinesa

#### Ancas de rana:

#### Ingredientes

12 pares de ancas de las de aquí, son mas pequeñas que las chinas  
6 pimientos verdes, sin pepitas y cortados en trozos  
2 guindillas, de las picantes  
2 dientes de ajo  
2 cucharilla de jengibre bien picado  
1 cucharada de alubias de soja negras, fermentada  
4 cucharadas de agua  
1/2 cucharilla de maicena, mezclada con una cucharilla de agua  
Aceite para freír

#### Para la salsa

2 cucharillas de azúcar  
4 cucharillas de salsa de soja  
una pulgarada de glutamato  
unas gotas de aceite de sésamo  
2 cucharadas de vino de arroz o jerez

<http://www.librodot.com>

### Preparación

Calentar el aceite en el wok y freír las ancas por dos minutos, sacar y reservar. Quitar el aceite del wok dejando solo 3 cucharadas, saltear la guindilla bien picadita, ajos, jengibre y las alubias de soja fermentadas hasta que notéis la fragancia de los ingredientes. Añadir los pimientos verdes y los salteáis hasta que estén ni crudo, ni cocidos, es decir al dente. Volver las ancas al wok, añadir el agua y los ingredientes de la salsa excepto el vino y el aceite de sésamo, cocer por dos minutos. Al final añadir la mezcla de maicena y agua, aceite de sésamo y el vino, un pequeño hervor para que engorde la salsa. Servir caliente.

Cocina de Szechuan

Anguila frita con apio (enviada por: Fernando Villanueva)

### Ingredientes

1 anguila de al menos medio kilo  
300 gramos de apio  
1 trozo de jengibre fresco  
2 pimientos rojos  
1/2 cucharilla de sal  
1/2 cucharilla de glutamato  
1/2 cucharilla de azúcar  
1/2 cucharilla de maicena  
1 cucharada de salsa de soja  
3 tazas de aceite  
1 cucharilla de vinagre  
1 cucharada de aceite de sésamo  
1/2 cucharada de pasta de soja picante  
1 cucharada de agua

### Preparación

Cortar la anguila en trozos de 5 centímetros. Cortar el apio en trozos de 3 centímetros Cortar el jengibre en juliana Cortar el pimiento en tiras de 3 centímetros. Mezclar todos los ingredientes a excepción del aceite para freír y pasta de soja, mezclar bien los ingredientes. Calentar las 3 tazas de aceite en el wok y freír los trozos de anguila, cuando el aceite este bien caliente por 30 segundos, sacarlos del wok y quitar el aceite. Saltear el jengibre, pimiento y la pasta de soja con 2 cucharadas de aceite, añadir el

<http://www.librodot.com>

apio y saltearlo hasta que este "al dente", añadirle la anguila y los ingredientes que tenemos mezclados, darle al conjunto un hervor y servir.  
Cocina cantonesa

Arroz frito a la cantonesa (enviada por: Fernando Villanueva)

#### Ingredientes

300 gr de arroz  
100 gr de guisantes frescos desgranados  
100 gr de jamón dulce, en una loncha  
2 puerros  
2 huevos  
2 cucharadas de salsa soja  
Aceite de soja para saltar  
sal  
pimienta blanca  
una pizca de glutamato

#### Preparación

Lave el arroz sólo si es necesario, méntalo luego en una cacerola y cúbralo con agua fría. Encienda el fuego y lleve a ebullición, primero a fuego vivo, y después, apenas el agua empieza a hervir, disminuya la intensidad del fuego, sale, cubra el recipiente y cueza unos diez minutos. Cuele cuidadosamente el arroz y déjelo enfriar, corte el jamón en dados pequeños. En otro recipiente, con agua hirviendo salada, cueza los guisantes unos diez minutos, luego escúrralos. Batir los huevos y hacer una tortilla, picarla y reservar.

Limpie y lave los puerros, corte la parte blanca que se destinará a otros usos y use sólo la parte verde del tronco. Abra las hojas y córtelas pacientemente en tiras con unas tijeras, como si se tratara de una juliana. Corte luego estas tiras con una cuchilla y saltearlas en el wok con 3 cucharadas de aceite, (luego el exceso de aceite lo absorberá el arroz). Añada luego los guisantes y saltearlos un minuto, el puerro a las paredes del wok. Una vez salteados los guisantes, añadiremos la tortilla y el jamon, remover bien, luego agregar el arroz hervido previamente escurrido y enfriado, sazonándolo con la salsa de soja. Salpimentar y añadir una pizca de glutamato.

Siga removiendo, controlando que no se formen grumos. Sirva el arroz de inmediato, muy caliente.

Cocina de Shan-ghai y China Oriental

Arroz frito de Yangchow (enviada por: Fernando Villanueva)

### Ingredientes

350 g de arroz de grano largo

225 g. de gambas crudas sin pelar, mejor frescas que congeladas

8 cucharadas de aceite de semillas

2 dientes de ajo, picaditos

1 cucharada vino de arroz o jerez semiseco

Sal y pimienta negra recién molida

4 cebolletas

2 huevos grandes

225 g de guisantes, frescos o congelados

225 g. de jamón cocido, cortado en tiritas finas y no muy largas

1 1/2 cucharadas de salsa de soya espesa, en su defecto aumentáis la cantidad de la clara

3 cucharadas caldo de poll

o 1 cucharilla de salsa de soya extra espesa

Para la maceración

1/2 cucharilla escasa de sal

2 1/2 cucharillas de maizena

1 cucharada de clara de huevo

### Preparación

Cocer el arroz con 1 1/2 veces su volumen de agua. Agregar 2 cucharillas de aceite al agua y llevar a ebullición. Revolver bien con cuchara de madera y seguir hirviendo hasta que el arroz haya absorbido toda el agua, quedando sólo unas gotitas alrededor del arroz. Reducir entonces el fuego al mínimo. Poner un difusor de metal bajo el cazo y dejar cocer el arroz, tapado, durante 10-15 minutos. Apagar el fuego y dejar reposar el arroz. Pelar y limpiar las gambas, cortar las colas en trozos de 2 centímetros, caso de ser las gambas grandes o dejarlas tal cual si son pequeñas. Mezclar los ingredientes de la maceración en un cuenco y echar en él las gambas troceadas, asegurándose de que se bañen bien. Meterlas en la nevera, tapadas, un mínimo de 4 horas o toda la noche. Calentar el wok

<http://www.librodot.com>

fuego vivo hasta que humee. Agregarle 2 cucharadas y bailar el wok para engrasar el fondo. Echar el ajo picado y, en cuanto tome color, agregar las gambas. Removerlas con espátula de madera durante 30 a 45 segundos o hasta que estén casi cocidas y se vuelvan rosas. Poner el vino de arroz o jerez en el wok y, en cuanto deje de sisear, retire las gambas del wok reservándolas.

Picar las cebolletas en rodajas finas y separar los aros blancos de los verdes, (partes del tallo). Batir los huevos ligeramente con una cucharada de aceite y un poco de sal. Caliente una sartén grande y llana y, cuando esté moderadamente caliente, agregar una cucharada de aceite e inclínala para que se engrase. Vertir la mitad del huevo batido, reservando el resto. Cuando esté cuajado, dar vuelta a la tortilla y freír por el otro lado unos segundos. Pasarla a un plato y cortarla en tiritas.

Revolver el arroz cocido para que quede lo más suelto posible. Escaldar los guisantes en agua hirviendo con sal durante tres minutos y escurrir. Volver a calentar el wok, limpio, a fuego vivo hasta que humee. Poner en él el resto del aceite y engrasar el wok. Saltear los aros de cebolla. Echar el resto del huevo batido y luego, inmediatamente, todo el arroz. Revolver bien, llegando al fondo del wok, donde está el huevo fluido, deshaciendo, los grumos.

Cuando el arroz este bien caliente, incorporar el jamón y revolver, luego los guisantes, volver a remover, y luego las gambas. Sin dejar de remover, agregar la salsa de soya y el caldo. Añadir la soya extra espesa para darle un color más pronunciado, si el oficiante así lo desea. Incorporar por último la mitad de las tiritas de tortilla. Servir en una fuente de servicio caliente, adornando por encima con el resto de las tiritas de tortilla y lo verde de la cebolleta.

Cocina de Shan-ghai y China Oriental

Bocaditos de pescado (enviada por: Fernando Villanueva)

#### Ingredientes

- 1 pescado entero, de boca grande, como el mero, de un peso aprox. 1Kg.
- 2 escalonias
- 1 trozo de jengibre
- 2 cucharillas de sal
- 1 cucharilla de glutamato
- 1 cucharada de jerez
- 3 cucharadas de azúcar
- 3 cucharadas de vinagre

<http://www.librodot.com>

3 cucharadas de tomate concentrado  
1 cucharilla de maicena  
6 cucharadas de aceite  
Una ramita de perejil

#### Preparación

Una vez bien limpio el pescado, le quitáis la cabeza y la cola, hacerlo con un corte limpio, ya que se usaran posteriormente. La carne del cuerpo, la separareis de la espina y la cortareis en pequeños bocaditos. Poner los trozos de pescado con las escalonias y el jengibre picados, 1 cucharilla de sal y glutamato asi como la cucharada de jerez, por 20 minutos.

Mezclar 1 cucharilla de sal, las tres cucharadas de azúcar, vinagre y tomate asi como la cucharilla de maicena, reservar. Calentar el aceite y freír la cabeza y la cola, a la cabeza hay que darle un aspecto agresivo, con la boca bien abierta, os podéis hacer ayudar para mantenerle la boca abierta con un palito u objeto similar, o metiéndole un rábano etc. etc., fritas ya la cabeza y cola, añadís el pescado que teníais en maceración y lo freis.

Sacáis a fuente de servir la cabeza y la cola, poniéndolas en su lugar, entre la cabeza y la cola ponéis los bocaditos de pescado. Con 3 cucharadas de aceite cocéis la mezcla de los ingredientes para el agridulce los ponéis a cocer hasta que obtengáis una salsita, rociáis con ella los bocaditos de pescado, no le pongáis ni a la cabeza ni a la cola. A la boca le podéis poner un pescadito pequeño como si lo estuviera comiendo, o cualquier otro detalle. Adornar con perejil.

Cocina cantonesa

Brotos de soja rehogados (enviada por: Fernando Villanueva)

#### Ingredientes

250 g. de brotes de soja  
2 cucharadas de aceite de cacahuete o vegetal  
2 cebolletas, cortadas en trozos de 2-3 cm., reservando por separado las partes blanca y verde  
2 rodajas finas de raíz fresca de jengibre, pelada  
1/4 cucharilla de sal  
1 cucharada de salsa de ostras

### Preparación

No lave los brotes de soja si vienen embalados en plástico, pero refrigérelos hasta que los vaya a cocinar. (Al refrigerarlos se conserva mejor el crujiente después de cocinarlos). Si los lava, escúrralos muy bien antes de refrigerarlos 2-3 horas antes de cocerlos.

Caliente un wok a fuego vivo hasta que empiece a salir humo. Agregue el aceite y dé vueltas al wok. Ponga la parte blanca de las cebolletas y en cuanto empiece a sisear, añada las rodajitas de jengibre. Eche los brotes de soja en el wok. A fuego vivo, rehóguelos pasando un cucharón o espátula metálica por el fondo del wok y sacudiéndolos y removiéndolos enérgicamente unos 2 minutos para que se hagan por igual. Espolvoree de sal hacia el final del tiempo de cocción; agregue las partes verdes de la cebolleta.

Los brotes de soja tienen que quedar crujientes y soltar muy poca agua. Páselos a una fuente de servicio caliente. Moje con la salsa de ostras mezclando ligeramente con un par de palillos o un tenedor, y sirva.

### Cocina de Shan-ghai y China Oriental

Cabezas de león (enviada por: Fernando Villanueva)

### Ingredientes

450 g. de col de apio china

6 castañas de agua, frescas o en conserva

400 g. de magro de cerdo y 100 g. de tocino, toscamente picados juntos

2 cucharadas de salsa de soja, si usáis la espesa mejor

1 cucharada de vino de arroz o jerez semiseco

1 cucharilla de azúcar moreno

2 1/2 cucharadas de maizena

3 cucharadas aceite de semillas

3 tazas de caldo de pollo

3 cucharillas de fécula de patata

### Preparación

Limpiar la col china y escurrirla bien. Cortar las hojas en tiras de 5 x 2 centímetros aprox, el troncho cortarlo en discos finos, dándoles forma de flor, estrella etc, partes finas de troncho dejarlas tal cual.

<http://www.librodot.com>

## Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

