

## Курица Терияки с лапшой удон (Японская кухня)

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

куриный окорочок (или филе) – 1 шт.,

салат Романо (Латук, Айсберг) – 1-2 листа,

морковь некрупная – 1 шт.,

**лапша удон** – 100 г,

для маринада: **соус-маринад Терияки** – 2 ст.л.,  
или **густой соус Терияки** – количество по  
желанию,

для дип-соуса: **соус-маринад Терияки** – 2 ст.л.,  
или **густой соус Терияки** – количество по  
желанию,

**грибы Шиитаке** – 1 шт.,

растительное масло – 1 ст.л.



1. Ополоснуть окорочок и вынуть из него кость (если Вы используете уже готовое филе из куриных окорочков или куриной грудки, то этот шаг не нужен).
2. В подходящей по объему емкости замариновать куриное мясо в соусе Терияки, хорошенько обмазав мясо соусом. Накрыть емкость пищевой пленкой и поставить в холодильник минимум на 2 часа, а лучше на всю ночь.
3. За полчаса до начала приготовления курицы замочить в теплой воде грибы Шиитаке на 20-30 минут.
4. Разогреть в сковороде с толстым дном (в обычной чугунной сковороде, или на гриле) немного растительного масла и обжарить куриное филе на среднем огне до готовности, переворачивая его, так, чтобы оно не подгорало и получилась румяная поджаристая корочка. В самом конце обжарки помазать куриное мясо остатками маринада. Готовое куриное мясо переложить на тарелку и отложить в сторону.
5. Во время обжарки куриного мяса помыть листья салата, морковь, отжать от лишней влаги грибы Шиитаке. Морковь нарезать соломкой, а грибы Шиитаке пластинками (удалив остатки ножек).
6. В небольшой кастрюле вскипятить воду и бланшировать морковную соломку и листья салата в течение одной минуты. Откинуть на сито и окатить холодной водой. Отложить в сторону.
7. В другой кастрюле вскипятить воду и отварить лапшу (если это удон, то варить 2-3 минуты). Откинуть готовую лапшу на сито, ополоснуть холодной водой и также отложить в сторону.
8. Приготовить сервировочную тарелку, на нее выложить порцию отварной лапши, нарезанную ломтиками курицу терияки, ломтики грибов Шиитаке, бланшированные листики салата и морковную соломку. Куриное мясо немного сбрызнуть соусом Терияки и подать блюдо на стол. Также к этому блюду в качестве дип-соуса подать отдельно 2-3 ст. ложки соуса Терияки.