**Рецепт салата из битых огурцов по-китайски**

**Ингредиенты**

Огурец – 1 шт. (длинный 120 г)

Кальмары – 1-2 шт.

Красный перец чили – 1/2 шт. (5 г)

Чеснок – 1-2 зубчика

Рисовый уксус Мицукан – 1 ч. л.

Кунжутное масло – 1 ст. л.

Соевый соус – 3 ст. л.

Тростниковый сахар - по вкусу

Кинза – по вкусу

Кунжут – небольшая горсть

Черный молотый перец - по вкусу

**Пошаговый рецепт приготовления**

**Шаг 1**

Подготовим продукты для салата из битых огурцов по-китайски. Огурец можно взять обычный, тепличный, длинный.

**Шаг 2**

Кальмары размораживаем естественным путем на верхней полке холодильника и удаляем внутренности, плёнку и хорду — длинную прозрачную палочку, расположенную по всей длине тела кальмара.

**Шаг 3**

Бланшируем тушки 1,5-2 минуты в кипящей воде и охлаждаем сразу под холодной проточной водой, чтобы сразу остановить тепловой процесс. Таким образом кальмар остаётся нежным, с лёгкой хрустящей структурой, а не резиновым.

**Шаг 4**

Огурец моем и кладём в п/э пакет. Отбиваем его слегка при помощи скалки с одной стороной стороны, затем с другой и с третьей. Так внутри он лопнет, а снаружи не развалится и станет сочным.

**Шаг 5**

Вынимаем огурец из пакета, отрезаем кончики и нарезаем небольшими кусочками на своё усмотрение. Отправляем в миску.

**Шаг 6**

Приступаем к заправке салата. Слегка придавливаем очищенные зубчики чеснока и рубим их мелко.

**Шаг 7**

Красный острый перец чили моем, вынимаем семена и нарезаем мелко. Отправляем чеснок и перец в миску к огурцам.

**Шаг 8**

Поливаем салат кунжутным маслом, рисовым уксусом, соевым соусом. Добавляем по вкусу немного кинзы и тростниковый сахар. Немного перчим и перемешиваем. Соевый соус уже достаточно солёный, поэтому дополнительно подсаливать не стоит.

**Шаг 9**

Подготовленный нами ранее кальмар нарезаем на небольшие колечки.

**Шаг 10**

Перекладываем салат в порционные тарелки и сверху красиво распределяем кольца кальмаров.

**Шаг 11**

Поливаем кольца небольшим количеством салатной заправки из масел.

**Шаг 12**

Готовый салат из битых огурцов по-китайски посыпаем кунжутом. Блюдо получилось очень вкусным, сочным и пикантным.

Приятного аппетита!