

Wok Gemüse

氣

氣

Für 8 Personen

氣

1Kg buntes saisonales Gemüse
wie Blattspinat, Peperoni, Zucchetti, Kohlgemüse
Sojasprossen etc.

氣

30ml Wok Oil oder Sesamoel

30ml süsse Sojasauce

30ml salzige Sojasauce

Asiatisches Gewürz

gerösteter Sesam

氣

Frühlingszwiebeln

frische Gartenkräuter

氣

氣

Zubereitung:

氣

Das Gemüse rüsten und schneiden
feste Gemüse 5 min dämpfen

氣

Das Gemüse im Wok heiss anbraten mit der
Sojasauce ablöschen
und kurz köcheln lassen

氣

氣

