

Gemüse chinesisich



Klein gewürfeltes Hühnchen-, Schweine-, oder Rindfleisch oder eine Entenbrust in Scheiben oder ganz (siehe Rezept „Entenbrust...kross“)	in wenig Öl kurz und stark anbraten, würzen und warm stellen; evtl. vorher marinieren
A 1 Zwiebel 2 Knoblauch 1 Stk. Ingwerwurzel ½ Stange Lauch	fein klein schneiden
B 1 Paprikaschote rot 2 Möhren 1 Stk. Spitzkohl	in dünne kurze Streifenschneiden
Öl	in obiger Pfanne stark erhitzen
Zutaten A	kurz anbraten (ca 1 min)
Zutaten B	zugeben und ebenfalls kurz anbraten (2-3 min)
Salz, Pfeffer, Sambal Oelek, Sojasauce, Sesamöl	würzen; Sambal Oelek mit Vorsicht, Sesamöl erst am Ende vor dem Servieren
Fleisch Entenbrust	untermengen in Scheiben aufschneiden

Dazu Reis (siehe „Persischer Pyramidenreis“)

Guten Appetit !