

Pfannengerührtes Gemüse: Zuckerschoten, Porrée, Mohrrüben, Sojasprossen (Chao Shucaï)

1	Stange	Porree
250	g	Sojasprossen
1	Packung	Zuckerschoten
3		Mohrrüben
1	Kl.	Stück Ingwer (2 cm)
1/2	TL	Sambal Oelek
		Helle Sojasoße
		Öl
		Salz

Porree, Zuckerschoten und Mohrrüben in Stifte schneiden, die den Sojasprossen ähnlich sind

Wok oder Pfanne heiß werden lassen

Öl in den Wok geben, Ingwer, Sambal Oelek und das Gemüse unter ständigem Rühren kurz braten, bis es knackig und gar ist

Mit Sojasoße und Salz abschmecken