

Best Of The Rest 'Asia Style'

Für 2 Personen:

1 Hähnchenbrust, geschnetzelt	200 g Rinderhack	1 Zucchini
2 rote Peperoni	4 Champignons	1 Blumenkohl
1 Zwiebel, Asia Cut	1 Ingwer	2 Knoblauchzehen
100 ml Kokosmilch	2 EL Wokgewürz	50 ml Teriyakisauce
4 EL Bratöl		

Die Zucchini entkernen und in grobe Stücke schneiden.

Die Peperonis in grobe Stücke schneiden.

Die Champignons vierteln.

Den Blumenkohl fein reiben.

Den Ingwer in zwei dickere Scheiben schneiden.

Den Knoblauch in Scheiben schneiden.

Bratöl in einer Wok-Pfanne erhitzen und Knoblauch, Hähnchenbrust und Hack bei hoher Hitze ca. 30 Sekunden anrösten.

Nach und nach Ingwer, Peperoni, Champignons, Zwiebel und Zucchini dazugeben, alles für ca. 3 Minuten weiter braten und immer wieder schwenken. Anschließend großzügig mit Wokgewürz und Gewürzsalz würzen und für eine weitere 1 Minute braten.

Teriyakisauce dazugeben und ca. 1 Minute karamellisieren lassen. Kokosmilch dazugeben und darin schwenken.

Auf Tellern anrichten und Blumenkohl darüber streuen.

Steffen Henssler am 19. Februar 2022