Wok ASIA Style

- je nach Lust und Liebe

Zutaten für 4 Portionen

300	g	Fleisch je nach Lust und Liebe
200	g	gemischtes Gemüse
20	g	getrocknete Shiitake
125	g	Wok Noodles
250	ml	warmes Wasser oder Gemüsesuppe
		Meersalz, Pfeffer
		Kurkuma, gem. Zitronengras
1	TL	5 Spice Gewürzmischung
		einige Blätter frische Zitronenminze
		Sesamöl

Zubereitung

Shiitake 1 Stunde in Wasser einweichen, leicht ausdrücken und in Streifen schneiden.
Fleisch in Streifen schneiden und in einer WOK in etwas Öl anbraten. Wenn sie leicht gebräunt sind herausnehmen.
Gemüse nach Belieben in Scheiben/Streifen schneiden und mit den Shiitakestreifen ebenso in etwas Öl anrösten. Würzen und Wasser (oder Suppe) dazugeben.
Wok Noodles ohne vorkochen direkt in den Wok geben und unter ständigem Rühren 3-4 Minuten köcheln lassen bis die Nudeln die Flüssigkeit aufgenommen haben. Fleisch hinzugeben, alles gut vermischen und abschmecken.
Zitronenminze fein schneiden und unterheben.

Tipp: Man kann auch Nori-Flocken über die Wok Nudeln streuen. Passt hervorragend zu diesem Gericht.

□□ ASIA Style Wok Noodles – aus Hartweizengrieß sind ideal für asiatische Wok- und Pfannengerichte. Sie sind vielseitig in der Verwendung, einfach und schnell in der Zubereitung, ausgezeichnet im Geschmack.

Ob traditionelle Fleisch- oder Gemüsepfannen oder als Suppeneinlage, Wok Noodles sind ohne vorkochen - fertig in 3-4 Minuten!

Rezeptart: Hauptspeise | Unverträglichkeiten: Laktosefrei | Saison: Ganzjährig

© 2026 www.kraftplatzerl.at