

Schweinefleisch mit buntem Gemüse „Muh Gab Pag“

für 1 Person

Vorbereitungszeit

15 Minuten

Kochzeit

7 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 2.90

Nährwert pro Rezept

789 Kcal, 68 g Fett, 9 g KH

Zutaten

5 cl Sonnenblumenöl

120 g Schweinehals, in Streifen

3 g Thai Wok (RL Gewürz)

1 Fleisch anbraten
würzen und warmstellen

5 cl Sonnenblumenöl

10 g Zwiebeln, hacken

20 g Karotten, feine Streifen

10 g Zuchetti, feine Streifen

10 g Pak Choi od. Chinakohl, feine Streifen

2 Öl erhitzen und Gemüse anbraten
Fleisch wieder dazu

1 g Knoblauch, hacken

1 g Ingwer, hacken

1.5 g Zitronengras, fein hacken

4 cl Woksauce (siehe separates Rezept,
Kategorie: Saucen)

1 dl Gemüsebouillon (RL Gewürz)

2-4 g Maizena

Scharfmacher (RL Gewürz)

3 alles zugeben
mit Maizena abbinden
Scharfmacher für die gewünschte Schärfe

20 g Sojasprossen

10 g geröstete Cashewnüsse, hacken

10 g Asia-Frühlingszwiebeln, grob schneiden

4 garnieren