



Wokgemüse

von Iris Brun

Mengen für 40 Personen

Bohnen putzen und in Salzwasser 5 Min. kochen, abgießen und abtropfen lassen. Zwiebel halbieren und in halbe Ringe schneiden. Chilischote entkernen und fein hacken. Paprikaschote putzen und in Streifen schneiden. Broccoli waschen und ebenso in den Wok geben.

Sesamöl in einem Wok oder einer beschichteten Pfanne erhitzen, Gemüse und Chili zugeben und rundum 3 Min. anbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen und 3-4 Min. bei mittlerer Hitze garen. Mit Salz, Pfeffer und Hoisin-Sauce (oder Sojasauce) würzen. Saucenbinder einrühren, aufkochen lassen.

Quelle: <https://www.gutekueche.at/wok-gemuese-rezept-2978>

Gewürze: Pfeffer, Salz

2 kg Bohnen	putzen und in Salzwasser 5 Minuten kochen, abgiessen und abtropfen lassen
12 Stück Pepperoni	putzen und in Streifen schneiden
2 kg Broccoli	waschen und zerkleinern
40 g Chilischoten	Chilichote entkernen und fein hacken
1.0 kg Zwiebeln	5 Stück; in halbe Ringe schneiden
6.0 dl Öl	zum Anbraten (Gemüse, Chili in Pfanne geben, Minuten anbraten)
2 Liter Bouillon (flüssig)	zum Ablöschen (3-4 Minuten garen)
4 dl Sojasauce	zum Würzen
200 g Maisstärke/Maizena	dunkler Saucenbinder (einrühren und aufkochen lassen)