



Pak Choi

Pak Choi

2 Frühlingszwiebeln

20 g Ingwer

3 Zehe(n) Knoblauch

2 Chilis, getrocknet

0.5 Teelöffel Vollrohrzucker

0.5 Teelöffel Salz

0.5 Teelöffel Szechuanpfeffer optional

3 Esslöffel Lien Ying Würzige Sojasauce glutenfrei

1 Esslöffel chinesischer schwarzer Essig

1 Teelöffel Speisestärke

750 g Pak Choi

2 Esslöffel Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

1 Packung Lien Ying Jasmin Reis

Für die Knoblauch-Ingwer-Sauce

1.

Gesamtzeit: 50 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Frühlingszwiebeln in Ringe, Ingwer in feine Stifte, Knoblauch und getrocknete Chilischoten in dünne Scheiben schneiden. Die Speisestärke in 1 EL Wasser anrühren.

Erdnussöl in einen heißen Topf geben, Zwiebel, Ingwer, Knoblauch und Chili bei niedriger bis mittlerer Hitze 5 Min. schmoren, dabei immer wieder umrühren.

Zucker, Salz und Szechuanpfeffer hinzufügen, 2 Min. braten. Dann mit Sojasauce, Essig und 200 ml Wasser ablöschen. Aufkochen, angerührte Speisestärke unterrühren und kurz bei mittlerer Hitze andicken lassen. Anschließend beiseitestellen.

Für das Gemüse

1.

Pak Choi in einzelne Blätter teilen, Wasser in einem Topf mit Dämpfaufsatz (Alternativ mit Sieb) erhitzen und das Gemüse 5 Min. dämpfen.

Pak Choi mit der warmen Sauce, Sesam und zum Beispiel Jasmin-Reis servieren.