



Gesamtzeit: 40 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Reis Nudel Wok mit kantonesischer Sauce

Reis Nudel Wok mit kantonesischer Sauce

200 g Lien Ying Reis Wok Nudeln

500 ml Jürgen Langbein Geflügel-Fond

250 g Hähnchenbrust

1 Esslöffel Lien Ying Wok Öl mit Knoblaucharoma &
Ingwerextrakt

1 Paprika

1 Handvoll Brokkoliröschen

1 Karotte

1 Frühlingszwiebel

2 Knoblauchzehen

120 ml Lien Ying Wok Sauce kantonesisch

Optional zum Servieren:

Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

Frühlingszwiebelgrün

frischer Koriander

geröstete Erdnüsse oder Cashews

Reis Nudel Wok mit kantonesischer Sauce

1.

Hähnchenbrust in Streifen schneiden. Karotte in feine Stifte, Frühlingszwiebel in Ringe und Paprika in Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken.

Öl im Wok erhitzen. Hähnchenstreifen scharf anbraten, bis sie Farbe bekommen und durch sind. Herausnehmen und beiseitestellen.

Im gleichen Wok Knoblauch, Karotte, Paprika und Brokkoli 3–4 min. bei starker Hitze unter ständigem Rühren anbraten.

Reis Wok Nudeln direkt in den Wok geben. 400-500 ml Geflügelfond dazugießen. Kurz aufkochen und zugedeckt 3–5 min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Die Nudeln sollen weich und noch leicht bissfest sein. Falls nötig, etwas mehr Flüssigkeit nachgießen.

Die Wok Sauce und das angebratene Hähnchenfleisch in den Wok geben. Alles gut durchmischen und 2–3 min. weiter erhitzen, bis die Sauce leicht eingekocht ist.

Auf Tellern anrichten, mit Frühlingszwiebeln, Sesam, Koriander und/oder gerösteten Nüssen garnieren.