

Rindfleisch mit Gemüse aus dem Wok bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

1,248 Scheiben Rostbraten, 400 gr Chinesische Eiernudeln, 4 Frühlingszwiebeln, 1 Mohrrübe, 1 Zucchini, 0,5 rote Paprikaschote, 200 gr grüne Bohnen, 2 Esslöffel Sojasoße, 4 dl Gemüsebrühe, 4 Esslöffel Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle.

Die Vorbereitungen:

Bohnen waschen, Enden abschneiden, klein schneiden und in Salzwasser garen, abgießen und abtropfen lassen.

Fleisch in sehr dünne Streifen schneiden.

Frühlingszwiebeln waschen und in dünne Ringe schneiden.

Mohrrübe schälen, Zucchini waschen und beides fein raspeln.

Paprika waschen und in sehr kleine Würfel schneiden.

Nudeln in Salzwasser nach Packungsanleitung garen, abgießen und abtropfen lassen.

Etwas Gemüsebrühe vorbereiten.

Die Zubereitung:

Im Wok etwas Olivenöl erhitzen und das Fleisch darin portionsweise braten, an den Rand schieben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gemüse im Wok unter Rühren andünsten, Sojasauce und etwas Gemüsebrühe untermischen.

Fleisch und Nudeln gut mit der Gemüsesauce vermischen. Evtl. mit Salz, Pfeffer und etwas Sojasauce abschmecken.

Guten Appetit!