



Wok – Nudel - Pfanne

in der Edelstahl Antihaft – Wokpfanne

Das brauchst du dafür:

- 300 g Putenschnitzel
- 3 EL Sojasauce
- 2 TL Poseidons Genuss Salz von Edelschmaus
- 2 EL Öl zum Anbraten
- 400 g Gemüse gemischt (Wok-Gemüse , TK , alternativ auch frisches nach Wahl)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleines Stück Ingwer (wer mag)
- 250 ml Brühe
- 125 g Nudeln (Wok-Nudeln)
- Sauce : 1 El brauner Zucker, 3 EL Sojasauce , Poseidons Genuss Salz (alternativ : Teriyaki-Sauce)

So wird´s gemacht:

- Das Fleisch in Streifen schneiden und mit der Sojasauce und dem Poseidons Genuss Salz in der kleinen Edelstahl – Rührschüssel marinieren.
- Den Wok heiß werden lassen . Das Fleisch darin kräftig anbraten. Anschließend herausnehmen und warm stellen.
- Nun das Gemüse zusammen mit gepressten Knoblauch und gepressten Ingwer anbraten.
- Die Brühe angießen und die Wok-Nudeln dazugeben.
- ca. 5 Min. unter Rühren garen.
- Alles mit Sojasauce, brauner Zucker , Gewürz oder Teriyaki Sauce abschmecken.