



Dauer: Mittel
Kategorie: Hauptspeisen
Saison: Frühling
Für: 2 Personen
Verfasst von: Familie Mangelberger

Zutaten

1 BUND	Pak Choi
1	Knoblauch
400 G	Putenfilet
3 EL	Austern- und Hoisinsauce (vegetarisch)
3 EL	Sojasauce
1 EL	Zucker
3 EL	(Brat-)Öl
100 ML	Wasser

Zubereitung

- 1. Öl erhitzen und den gequetschten Knoblauch darin hellgelb anrösten.
- 2. In Stücke geschnittenes Putenfleisch dazugeben und braten, bis es durch ist.
- 3. Weißen Teil des Pak Choi abschneiden, in ca. 5 cm breite Stücke schneiden und hinein geben.
- **4.** Fertig braten.
- 5. Würzsaucen sowie Zucker hinzufügen und rund 3 Minuten köcheln lassen.
- 6. Anschließend das Grüne des Pak Choi zufügen und mit ca. 100 ml Wasser aufgießen.
- 7. Rund 5 Minuten später ist das Gericht auch schon fertig.

Dazu schmeckt Jasminreis.

Rezept aus Magazin Frühling / Sommer 2023