

Zutaten

- 50 g Zwiebeln
- 200 g Austernpilze
- 200 g Pak Choi
- 2 cm Ingwer
- 1 Chilischote(n)
- 1 EL Sesamöl
- 250 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Fix für Puten Wok Geschnetzeltes

Zubereitung

- 1. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Austernpilze putzen und in Streifen schneiden. Pak Choi waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden.
- 2. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Chilischote(n) waschen und je nach gewünschtem Schärfegrad Kerne und Innenhäute entfernen oder mit benutzen.
- 3. In einem Wok Sesamöl heiß werden lassen. Zwiebeln, Chili und Ingwer darin anbraten. Pak Choi dazugeben und mitbraten. Austernpilze zugeben und braten bis die Flüssigkeit verdampft ist.
- 4. Wasser zugießen, MAGGI Food Travel Fix für Puten Wok Geschnetzeltes einrühren und aufkochen lassen. Bei mittlerer Wärmezufuhr ca. 5 Min. garen. Dazu schmecken Langkornreis und gebratene Entenbrust.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate 11 g

Energie 101 kcal

Fett 5 g Protein 3 g

26 Minuten