Rezept

Wok Poulet / Rind / Schwein

Rezept Bild

Zutaten

- Poulet Brust in Streifen schneiden
- Maizena
- Karotten
- Paprika
- Zwiebel
- ...diverse Gemüse probiert (siehe Tipps und Tricks)
- Ingwer
- Thai Yellow Curry Paste (COOP..siehe Bild unten)
- Soja Sauce (COOP..siehe Bild unten)
- Salz/Pfeffer

Zubereitung

Klassisch:

Wenig Oel in den Wok geben und stark erhitzen.

Fleisch mit Maizena bestäuben und im Wok stark braten.

Die Mitte freigeben und das Gemüse portionenweise hinzugeben.

Die Mitte freigeben und ein Suppenlöffel Yellow Curry Paste hinzugeben.

Mit Sojasause beträufeln. (4-5 Schuss)

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipps und Tricks
Wok muss Induktionstauglich sein. Nur mit warmen Wasser und Küchenbürste reinigen. Austrocknen und mit wenig Oel ausreiben. Wok sollte schwarz werden !!!!!

Fazit
Gemüse die Funktionieren (..nach den ersten Tests)

- Karotten: Mit dem Schalschneider zubereiten
- Sellerie: Mit dem Julietschneider zubereiten
- Paprika: In Streifen schneiden
- Kleine Maiskolben
- Champignon Geschnitten
- Ingwer
- Knoblauch
- Chilis
- Zitronengras
- Okras

Gemüse die nicht oder schlecht Funktionieren (..nach den ersten Tests)

- Bohnen
- Galgant

Tags
Wok Geflügel Rind Schwein

Originalrezept
Hier geht es zum Originalrezept. Link

Variante
Rezept Funktioniert auch mit Rind oder Schwein.

Sehen Sie eine weitere Variante zu diesem Rezept. Link

Rezeptvideos

Hier geht es zum Rezept Video. Link

Rezeptfotos

AUTHENTIC THAI CUISINE
THAI
KITCHEN
Yellow Curry Paste
Kreung Kang Kari
MILD

KIKKOMAN
NATÜRLICH GEBRAUTE
Sojasauce
Sauce soja
FERMENTATION NATURELLE
150 ml e