

Gemüse-Wok mit Natura-Beef Plätzli

Vor- und Zubereitungszeit: 30 Minuten
Garzeit: 15 Minuten

Zutaten 500 g Natura-Beef Plätzli (z.B. Huft)
400 g Rüebli
6 Bundzwiebeln mit dem Grün
2 EL Bratöl
½ TL Salz

6 dl Fleischbouillon
2 EL Sojasauce
250 g Teigwaren (z.B. chin. Nüdeli)
100 g Mungbohnsprossen
2 EL Korianderblättchen



-
- Zubereitung
1. Rüebli & Bundzwiebeln rüsten und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden
 2. Fleisch in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden, im heissen Öl portionenweise ca. 1 Minute rührbraten, herausnehmen und würzen
 3. in derselben Pfanne Rüebli ca. 5 Minuten rührbraten. Bundzwiebeln begeben, ca. 2 Minuten weiter rührbraten, herausnehmen
 4. Bouillon und Sojasauce in die Pfanne giessen, aufkochen, Hitze reduzieren Nudeln begeben und al dente kochen.
 5. Sprossen, Fleisch und Gemüse begeben, nur noch heiss werden lassen. Koriander darüber streuen.