

Asiatische Pfanne (vegan)



Zutaten

- Möhren
- Brokkoli
- Zuckerschoten
- Paprika
- Pilze
- Süß-/Sauer-Soße
- Soja-Soße
- Curry (edel-süß)
- Knoblauch
- Raps-Öl
- Reis
- evtl. Mehl

Zubereitung

1. Brokkoli vorgaren
2. Gemüse putzen & schneiden
3. Hartes Gemüse zuerst anbraten
 1. Möhren & Paprika zuerst mit Öl anbraten
 2. Zuckerschoten & Pilze als nächstes hinzugeben

3. zuletzt Brokkoli und Wasser dazugeben
4. Süß-/Sauer-Soße, Soja-Soße nach Bedarf
5. evtl. mit Mehl binden