

Leichter Gemüsewok

Rezept für 4 Portionen
Dauer: ca. 20 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Chinagewürz	Etwas / nach Bedarf
Zucchini	2 Stk.
Champignons	1 Dose(n) / Becher
Karotten / Möhren	4 Stk.
Paprika, gelb	3 Stk.
Maiskörner	1 Dose(n) / Becher
Thymian	Etwas / nach Bedarf
Schinken	15 dag

Zubereitung:

zutaten in kleine scheiben, würfel schneiden- ganz wenig öl in den wok geben und erhitzen- karotten begeben und an braten- restliches gemüse 5 minuten später begeben- mit chinagewürz und thymian würzen- ganz zum schluss dünn geschnittene schinkenstreifen (würferl) begeben

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-409-Leichter-Gemuesewok.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at