



## Wok-Gemüsepfanne

Schritte: 11

Schwierigkeitsgrad: Mittel

### Zutaten

20 Portionen

2 kg	Basmatireis	2,5 kg	Wok-Gemüse
500 ml	Sojasauce	0,5 L	Gemüsebrühe
500 g	Zwiebeln	2	Ingwerknollen
5	Knoblauchzehen	1 Bund	Frühlingszwiebeln
2	rote Chilischoten	0,5 L	Öl
1 EL	Speisestärke		Salz, Pfeffer, Zucker

### Zubereitung

1. Den Reis in einen Topf mit Wasser geben und 10 Minuten einweichen, dabei mehrmals umrühren. Das trübe Wasser abgießen und den Vorgang solange wiederholen bis das Wasser klar bleibt.
2. Dann den Reis in ein Sieb geben und abbrausen. Zurück in den Topf schütten und mit der 1,5-fachen Menge Wasser auffüllen. 1 EL Salz dazugeben und aufkochen lassen. Dann die Hitze reduzieren und bei geschlossenem Deckel für 15-20 Minuten quellen lassen.
3. Die Zwiebeln halbieren und in Scheiben schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken.
4. Die Chilischoten entkernen und in feine Streifen schneiden.
5. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden.
6. Das Wok-Gemüse auftauen und gut abtropfen lassen.
7. Das Öl erhitzen und Zwiebeln, Chili, Ingwer und Knoblauch 2 kurz anbraten.
8. Das Wok-Gemüse und 2/3 der Frühlingszwiebeln dazugeben und mit anbraten.
9. Mit Sojasoße und Gemüsebrühe ablöschen und mit etwas Speisestärke abbinden.
10. Mit Zucker, Pfeffer und Salz würzen.
11. In tiefen Bowls auf dem Reis anrichten und mit Frühlingszwiebeln garnieren.