

Wok

Ingredienser:

- ½ brokkoli
- 2 stk gulrot
- ½ paprika
- ½ rødløk
- 2 vårløk
- 1 fedd hvitløk
- ½ chili
- 2 ss ingefær
- 2 pakker nudler
- 2 ss soyasaus



Fremgangsmåte:

1. Rens og del brokkolien i små buketter, skrell og skjær stilken i skiver.
2. Skrell og skjær gulrøttene i skiver, skjær paprikaen i jevne biter og del løken i smale kløfter.
3. Grovhakk vårløken og finsnitt hvitløk og chili. Tilbered nudlene som beskrevet på pakken.
4. Stek brokkolien i litt olje på sterk varme under stadig omrøring. Hell i en klunk med vann (omtrent en halv desiliter), la det frese til all væsken har fordampet og brokkolien så vidt er mør. Hell alt over på en tallerken.
5. Varm opp pannen på nytt og stek gulrot, paprika og løk til grønnsakene begynner å mykne noe. Tilsett vårløk, chili, ingefær og hvitløk og fres videre i et lite minutt. Ha brokkoli tilbake i pannen. Tilsett soyasaus.
6. Trekk pannen vekk fra varmen, bland alt godt sammen i en bolle. Dryss over frisk koriander og server.