

CHINAKOHL-GARNELEN-STEW

Zutaten (4 Personen)

- 1 Zwiebel
- 300 g Garnelen (entdarmt und geschält)
- 10 cm Ingwer
- 300 g Karotten
- 1 L Gemüsebrühe
- 750 g Chinakohl
- 6 Lauchzwiebeln
- 2 EL Sojasoße
- Salz/Pfeffer
- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Chilisoße



Zubereitung

Zwiebel und Ingwer schälen und fein hacken. Karotten schälen und klein würfeln. Chinakohl in Streifen schneiden.

Gemüse in heißem Öl dünsten und mit Brühe ablöschen. Chinakohl dazugeben und ca. 20 Minuten garen. Mit Salz, Pfeffer und Sojasoße abschmecken.

Lauchzwiebel putzen und in dünne Ringe schneiden und kurz mitgaren.

Garnelen mit der Chilisoße vermischen und in heißem Öl ca. 3 Minuten anbraten.

Eintopf auf Tellern anrichten und mit Garnelen servieren.