

Württemberger Lamm Wok

Zutaten für 6 Personen

1 kg	Gulasch vom Württemberger Lamm
2 Stck.	Knoblauchzehen
3 EL	Sojasauce
2 EL	Öl
	Salz, Pfeffer, Curry, Paprika edelsüß
1 Stck.	Zwiebel
	Öl zum Anbraten
750 g	TK-Gemüse „Asiatische Art“
200 g	Glasnudeln
1 Dose	Ananas in Stücke (Abtropfgewicht 340 g) und etwas Saft
ca. 300 ml	süße Chillisauce pikant
	Sojasauce, Zitronengras gemahlen, Ingwer

Zubereitung

Das Fleisch mit dem gepressten Knoblauch, der Sojasauce, dem Öl und den Gewürzen vermengen und ca. 30 Min. marinieren. Die Zwiebel kleinschneiden und im Öl glasig dünsten. Das marinierte Fleisch dazugeben und anbraten bis es rosa ist. Das TK-Gemüse dazu geben und weitere 5 Min. dünsten. Währenddessen die Glasnudeln nach Packungsanleitung vorbereiten und mit den Ananasstückchen in die Pfanne geben. Alles miteinander vermengen und mit Sojasauce, dem Zitronengras und Ingwer abschmecken.

