

Veggie - Asiapfanne für Kinder

Zutaten Teil1:

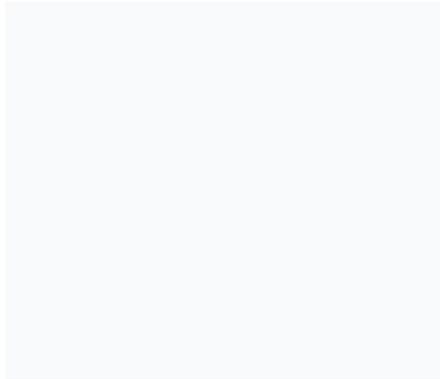
- 2 Teile Möhren halbieren und in Scheiben schneiden
- 1 Teil Zucchini vierteln und in Scheiben schneiden
- ½ Teil Paprika in Würfel schneiden

Zutaten Teil2:

- Sesamöl
- Salz
- Paprika
- Chinagewürz
- Kokosmilch
- helle Sojasoße

Möhren, Zucchini und Paprika anbraten (evtl. Knoblauch mitbraten), mit Chinagewürz, Salz und Paprika würzen, mit Kokosmilch und der hellen Sojasoße aufgießen und garen lassen. Nach Bedarf noch nachwürzen.

Als Beilage empfiehlt sich natürlich Reis.



Guten Appetit!