

# REZEPT

## Hühnerfleisch mit Ur Gemüse



**800 g Gemüse (Schwarzwurzel, Paprika, Lauch, Rüben, Karotten, Pastinaken, Zwiebel, Pak Choi, usw.)**

**In Stücke schneiden.**

**500g Hühnerbrust in Streifen geschnitten mit Sojasauce marinieren.**

**Gemüse mit Sonnenblumenöl in der Pfanne rasch anbraten mit Salz und Koriander oder Petersilie würzen und bereithalten.**

**Fleisch mit dem restlichen Öl heiß anbraten. Das Gemüse dazugeben. 1 EL Stärke mit etwas Wasser verrühren, die entstandene Flüssigkeit damit binden.**

**Noch einmal kurz aufkochen lassen.**

**Mit Reis, Polentaknödel oder Nockerl servieren.**

**GUTEN APPETIT!**