

## Alexander Herrmann | Wok-Gemüse mit Erdnuss-Paste

---

### Zutaten für 2 Personen:

- 5 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 2 Scheiben Ingwer (geschält)
- 70 g Erdnüsse (ungesalzen)
- 2 EL Sesamöl
- 6 Korianderstiele
- 1 – 2 EL Sojasauce
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1/2 Chinakohl
- 14 Zuckerschoten
- 2 Karotten
- 14 Shiitakepilze
- 3 Frühlingszwiebeln
- 75 g Sojabohnensprossen
- 2 EL Öl
- 1 TL Sesamsamen
- Salz

### Zubereitung:

Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Für die Paste Schalotten schälen und halbieren. Knoblauchzehen schälen. Chilischote längs halbieren, entkernen und waschen. Einen Bogen Alufolie auf die Arbeitsfläche legen und Schalotten, Knoblauch, Chilischote, Ingwer und Erdnüsse daraufgeben. Mit Sesamöl beträufeln, die Folie gut verschließen und die Zutaten im vorgeheizten Ofen 30 Minuten schmoren. Alupäckchen aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Koriander waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.

Den Inhalt des Alupäckchens in den Blitzhacker geben und mit Sojasauce sowie ein paar Spritzern Zitronensaft zerkleinern. Die Paste je nach Geschmack gröber oder feiner mixen und eventuell etwas heiße Brühe hinzugeben. Den Koriander unter die Erdnuss-Paste rühren und mit Salz abschmecken.

Für das Wok-Gemüse Chinakohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Zuckerschoten putzen und waschen. Karotten schälen und in feine Streifen schneiden. Pilze putzen, trocken abreiben, die Stiele entfernen und die Hüte vierteln oder sechsteln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Streifen schneiden. Sojaprossen in einem Sieb heiß abrausen und abtropfen lassen.

Öl im Wok oder in einer großen Pfanne erhitzen. Chinakohl, Zuckerschoten, Karotten, Pilze sowie Frühlingszwiebeln darin bei mittlerer bis starker Hitze unter Rühren bissfest braten. Mit Salz würzen. Sojasprossen und Sesam dazugeben und ein paar Sekunden mitgaren.

Das Gemüse auf 2 Tellern anrichten und die Erdnuss-Paste daraufgeben.

*Rezept: Alexander Herrmann*

*Quelle: Koch doch vom 08.06.2013*