

# Pfannengerührtes Mischgemüse (Phak Phad Ruam Mit)

## Zutaten:

50 g Zuckererbsenschoten  
50 g Grünkohl  
50 g Weißkohl  
50 g Blumenkohl  
50 g Brokkoli  
50 g Spargel  
50 g Chinakohl  
50 g Champignons  
50 g Maiskölbchen  
50 ml Öl  
100 ml Hühnerbrühe  
4 Knoblauchzehen  
4 EL Austernsauce  
1 EL Sojasauce  
½ TL Pfeffer  
Chilipulver

## Zubereitung:

- Das Gemüse mundgerecht kleinschneiden
- Alles in eine Schüssel geben.
- Die Brühe und den Pfeffer untermengen.
- Knoblauch fein hacken.
- Öl in einem Wok (Pfanne) erhitzen.
- Darin den Knoblauch goldgelb anbraten.
- Gemüse mit der Brühe dazugeben (!!Spritzt!!).
- Etwa 3 - 4 Minuten unter Rühren dünsten.
- Austernsauce, Chilipulver und Sojasauce hinzugeben.
- Unterrühren und 1 - 2 Minuten dünsten.
- Sofort mit asiatischem Duftreis servieren.