



SCHARFES HONIG-KRAUT MIT SPECK AUS DEM WOK

Zutaten:

1 mittelgroßer Krautkopf, 2 Zwiebeln, 15 dag Speck, 1 daumengroßes Stück Ingwer, 8 EL Gemüsefond, 3 EL Sojasauce, 1 EL Obstessig, 1 EL Honig, 1 TL Paprikapulver, 1 Msp. Curry, 1 Prise Cayennepfeffer, 2 gehackte Knoblauchzehen, 1 TL Speisestärke, 2-3 EL Öl, Salz, Pfeffer, etwas Bohnenkraut

Zubereitung:

- Kraut längs vierteln, Strunk entfernen und Viertel in ca. 2 cm breite Streifen schneiden
- Zwiebeln nudelig und Speck in nicht zu kleine Würfel schneiden
- Gemüsefond, Sojasauce, Essig, Honig, Gewürze, Knoblauch und Stärke verrühren
- Öl im Wok erhitzen, feingehackten Ingwer und Zwiebel darin rösten, Kraut und Speck dazugeben und ca. 4 min braten
- Würzsauce darüber gießen, aufkochen und auf kleiner Stufe 5 min ziehen lassen
- mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut pikant abschmecken
- wer es besonders feurig mag, kann noch mit Chilischoten oder Tabascosauce nachhelfen

Tipp: schmeckt auch mit Kartoffeln als Hauptspeise
