

# AEG

## Shrimps aus dem Wok

**Beheizungsart:** Induktion  
**Einstellung:** Stufe 9  
**Zeit:** ca. 8 Minuten  
**Portionen:** 4

4 EL Erdnussöl  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Ingwerwurzel  
1 EL Sesam  
1 Knoblauchzehe  
2 Möhren  
Je ½ Paprikaschote,  
gelb, rot, grün  
1 kleine Zucchini  
½ Stange Lauch  
½ Dose Bambus-  
sprossen, abgetropft

100 g Sojakeimlinge  
50 g Shiitakepilze  
250 g Shrimps  
1 TL schwarze Bohnen-  
Paste  
2 EL Austernsauce  
4 EL Sojasauce, scharf  
5erlei (Wok-Gewürz)  
Ingwer, Koriander,  
Kreuzkümmel, Kurkuma,  
alle gerieben

**Zubereitung:** Shiitakepilze einweichen. Das Gemüse in feine Streifen schneiden und zusammen mit dem Sesam und den Sojakeimlingen nach Gardauer in den Wok geben und in Öl anrösten. Würzen und darauf die Shrimps verteilen. Im abgedeckten Wok kurz aufkochen.

**Variante:** 100 g eingeweichte Glasnudeln 1 Minute aufkochen und abgießen. Vor dem Würzen unter das Gemüse mischen.



Neues Kochen  
**kochZEIT**  
für Genießer