Sautierte Keimlinge von Sojabohnen
Sheng chao lü dòuyá

Herkunft: China
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
300 g Bohnensprossen
50 ml Erdnussöl
½ TL Salz
¼ TL Glutamat

Vorbereitung
Die Wurzeln der Keimlinge entfernen, waschen und abtropfen lassen. Die Keimlinge in eine Schale geben, Salz und Glutamat dazugeben und schütteln.

Zubereitung
Das Öl in einer Pfanne erhitzen, bis es raucht. Die Keimlinge dazugeben und unter Rühren braten, bis sie zart und knusprig sind. Auf einer Platte servieren.

© 2024 coquina.de