

Chinapfanne "Talstraße" (ca. 4 Personen)

ca. 250 g Hähnchenfleisch	in feine Streifen schneiden
2 Hände voll Spitzkohl	in Streifen schneiden
je 1 Hand voll Möhren	raspeln,
Brokkoliröschen	
und Paprika	in Streifen schneiden

Gewürze: Salz, Pfeffer
Sojasoße süß und hell,
Sesamöl, Speiseöl
1x Maggi-Fix für gebratene
Nudeln und
1x Maggi-Fix für Wok:
Sesam-Honig

Alle Zutaten mischen und in kleine Portionen aufteilen. Jede Portion dann mit Öl in der Pfanne anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und in eine flache Auflaufform füllen. Die letzten beiden Portionen zusätzlich einmal mit Maggi-Fix für gebratene Nudeln und die andere mit Maggi-Fix für Wok würzen und mit Wasser ablöschen, dann mit in die Auflaufform geben. Das ganze letztendlich mit der Sojasoße würzen, abschmecken und vor dem Servieren im Backofen 10 – 15 Minuten bei 150°C erhitzen.