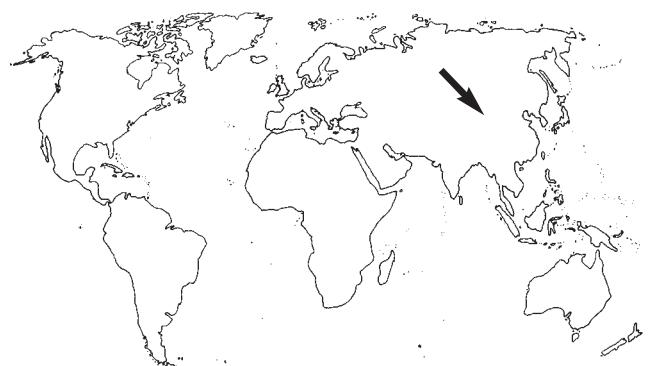


China: Gemüsepfanne



CHINA



Gemüsepfanne

Küchengeräte



Bratpfanne (tief)



Topf (klein)



Esslöffel



Gabel

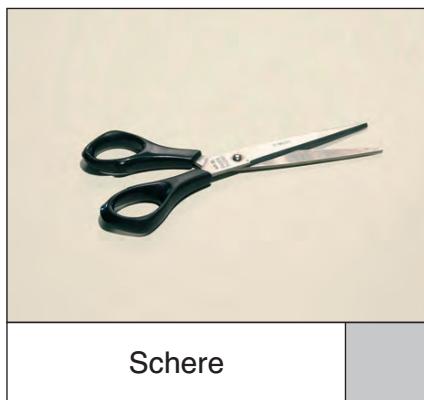


Küchenmesser



Pfannenwender

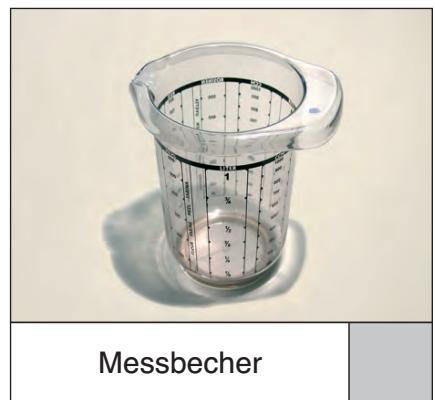
China: Gemüsepfanne



Schere



Teelöffel



Messbecher



Schneidebrett (klein)



Teller (flach)



300 g Rindfleisch geschnetzt



1 TL Gemüsebrühe

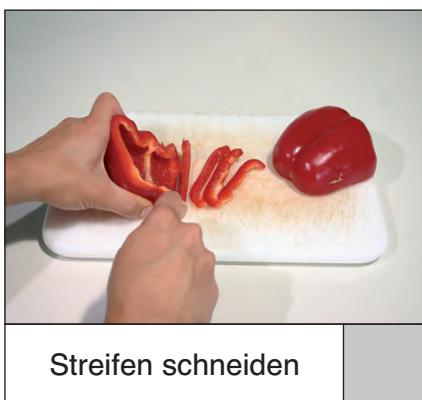


Pfeffer

China: Gemüsepfanne



Zubereitung



China: Gemüsepfanne



2 l Wasser abmessen



Wasser in einen Topf geben



Herd auf Stufe 3 stellen



1 TL Salz in das Wasser geben



Wasser zum Kochen bringen



2 Beutel Reis in das Wasser legen



Herd auf Stufe 2 stellen, Reis 20 Minuten garen



1 EL Öl in die Pfanne geben



Öl auf Stufe 3 heiß werden lassen



Rindfleisch in das heiße Öl geben



Rindfleisch pfeffern



Rindfleisch salzen

China: Gemüsepfanne



Rindfleisch leicht braun
braten



Paprika in die Pfanne
geben



Paprika etwa 2 Minuten
anbraten



Gemüse mit in die
Pfanne geben



Gemüse etwa 3 Minuten
erhitzen



1 TL Gemüsebrühe auf
das Gemüse streuen



4 EL Sojasoße
dazugeben



1 EL Saure Sahne in
die Pfanne geben



alles unterrühren



2 Minuten kochen
lassen



beide Herdplatten
ausschalten



Reis mit einer Gabel
aus dem Topf nehmen

China: Gemüsepfanne



Reis aufschneiden



Reis auf einen Teller
geben



Gemüsepfanne auf den
Reis geben



Darauf achte ich das nächste Mal besonders:
