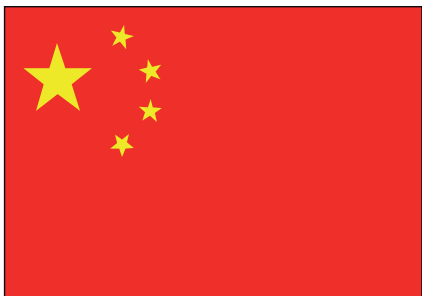
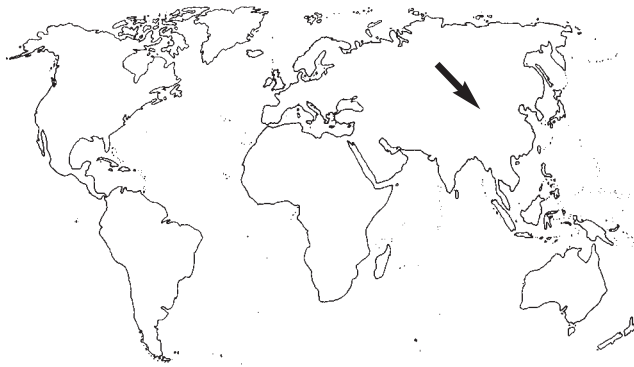


China: Gemüsepfanne



CHINA



Gemüsepfanne

Küchengeräte



Bratpfanne (tief)



Topf (klein)



Esslöffel



Gabel



Küchenmesser



Pfannenwender

China: Gemüsepfanne



Schere



Teelöffel



Messbecher



Schneidebrett (klein)



Teller (flach)

Zutaten



750 g Asiatisches Gemüse



1 Paprika



1 EL Saure Sahne



300 g Rindfleisch geschnetzelt



1 TL Gemüsebrühe



Pfeffer

China: Gemüsepfanne



1 TL Salz



4 EL Sojasoße



1 EL Öl



2 Beutel Reis

Zubereitung



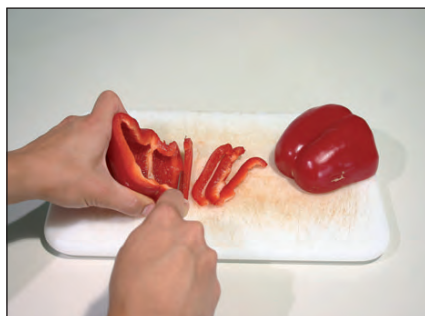
Paprika waschen



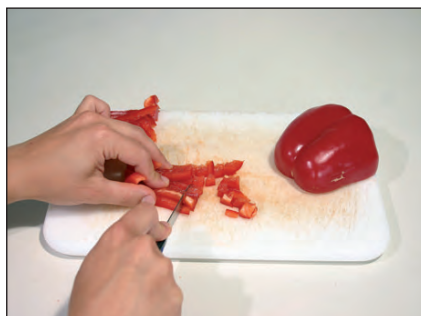
Stiel und Kerne
entfernen



Stiel und Kerne
in den Müll werfen



Streifen schneiden



Würfel schneiden



Paprika bereitstellen

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:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.