

# Pak Choi mit Poulet

## Zutaten für 2 Personen

2 Pak Choi (ca. 400 g)  
2 Pouletplätzli  
50 g Cashewnüsse  
3 EL Erdnussöl  
1 TL Piment d'Espelette (oder 1 TL Chilipulver)  
Salz und Pfeffer  
4 EL Sojasauce  
2 EL Ahornsirup

## Zubereitung

Pak Choi waschen, Stielansatz entfernen. Pak Choi in ca. 3 cm breite Streifen schneiden. Pouletplätzli in 2 - 3 cm grosse Würfel schneiden.

Cashewnüsse längs halbieren. Öl im Wok erhitzen. Cashewnüsse dazugeben und ein paar Minuten goldbraun rösten. Piment (oder Chilipulver) dazugeben und gut mischen. Aus dem Öl nehmen und zur Seite stellen.

Öl im Wok wieder erhitzen. Poulet dazugeben und ca. 5 Minuten braten. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen.

Pak Choi zum Bratensatz geben und ca. 5 Minuten knapp weich dämpfen. Mit 1/2 TL Salz würzen. Poulet, Sojasauce und Ahornsirup dazugeben, gut mischen und warm werden lassen. Cashewnüsse dazu servieren.



© atelier nefwiss