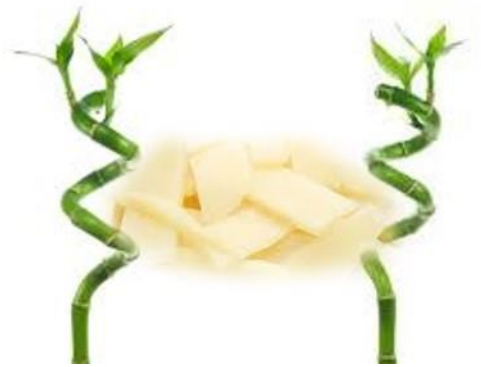


Bambussprossen mit Chinakohl, Ingwer, Orange

Bambussprossen	1 Glas
Chinakohl	klein
Ingwer frisch	ca. 8cm
Orange	1 gross
Agavendicksaft	2 Esslöffel
Kokosmilch	200ml
Sojarahm	100ml
Kartoffelmehl	1 Teelöffel gehäuft
Salz	nach belieben
Pfeffer	nach belieben
Wasser	nach belieben



Ingwer schälen, in sehr kleine Stückchen schneiden oder mit der Reibe raffeln

Bambussprossen in eine Pfanne geben und gut mit Wasser bedecken, **Salz, Pfeffer, Ingwer und Agavendicksaft** zugeben und zum Kochen bringen

Chinakohl längst halbieren, die Hälften nochmals halbieren und in ca. 5cm breite Streifen schneiden, zu den Bambussprossen dazugeben und alles gut verrühren

Orange schälen und die Dicke der weissen Innenhaut entfernen (nicht filettieren), in einzelne Schnitze teilen und die Schnitze in ca. 2cm grosse Stücke schneiden, beiseite stellen

nun das **Kartoffelmehl im Sojarahm** gut verrühren, beiseite stellen

ist das Gemüse nach Wunsch gar (ca. 10-15 Minuten), den Sojarahm mit dem Kartoffelmehl unterrühren und die Hitze auf die Hälfte reduzieren; wird die Sauce zu dick, solange wenig Wasser zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist – das Gericht abschmecken

ist das Gericht servierbereit, die Orangen unterheben, gut verrühren und während 1-2 Min. heiss werden lassen (nicht mehr kochen, sonst werden die Orangen bitter!) fertig!