

Bang Bang Blumenkohl

4 Portionen

ZUTATEN

½ Karfiol
1 daumengroßes Stück
Ingwer
3 Frühlingszwiebeln
½ Gurke
500 ml Gemüsebrühe
½ TL Salz

Für die Sauce:

1 TL Sichuan Pfefferkörner
½ EL Chiu Chow Chili Öl /
(oder Lao Gan Ma Chili Öl)
1 ½ EL leichte Soja Sauce
3 EL Schwarzer Reisessig
Ching Kiang
1 EL Zucker
1 EL Sesampaste/Sesam
Sauce
1 EL Sesam Öl
2 EL geröstete Sesamsamen



ZUBEREITUNG

Karfiolröschen abschneiden und in Gemüsebrühe weichkochen.

Sichuan Pfeffer in einer Pfanne rösten und fein mahlen. Alle Zutaten für die Sauce miteinander verrühren.

Das restliche Gemüse in feine Scheiben schneiden.

Wok bei mittlerer Hitze erhitzen.

Ingwer, Frühlingszwiebeln und Karfiol hineingeben und für 30 Sekunden anbraten. Dann die Sauce darüber geben und das Gemüse damit gut benetzen.

Karfiol auf den geschnittenen Gurkenscheiben anrichten und servieren.