

You-Men-Sun

Bratene Bambussprossen mit Sojasoße

Für diese Speise braucht man ja nicht viel Zeit zur Vorbereitung der Zutaten, weil sie ganz einfach sind, nämlich, frische Bambussprossen, Sojasoße, Zucker, Salz, Wasser und Pflanzöl. Sie gehört zu Gerichten, die per se aus Pflanzen bestehen aber ziemlich fleischig schmeckt.

Fangen wir mal an!

8 bis 10 Stück Bambussprossen schälen, zu Stücken grob schneiden und einmal ganz schnell im brodelnden Wasser durchlaufen und dann trocknen lassen.

Den Wok auf zartem Feuer aufheizen, Pflanzöl reichlich darein gießen. Nach ca. 5 Sekunden die Bambussprossen eingeben und wenden. Nachdem die Sprossenstücke leicht gebräunt aussehen, 4 bis 5 Teelöffelchen Sojasoßen dazugeben und die Sprossenstücke weiter wenden. Nach ungefähr 7 Minuten etwas Wasser eingießen und angemessene Menge von Zucker und Salz dazugeben. Den Deckel auflegen für ein paar Minuten und danach darf man sich schon an dem fleischig schmeckenden, veganen Gericht erfreuen. Guten Appetit!

You-Men-Sun

Fried bamboo shoots in soy sauce

One does not need much time to prepare the ingredients for this dish because they are pretty simple. They are fresh bamboo shoots, soy sauce, sugar, salt, water and vegetable oil.

Let's begin!

Peel 8 to 10 pieces of bamboo shoots. Chop them and put them in the boiling water for just a couple of seconds. And then dry them by putting them aside.

Heat the wok over a gentle fire, pour in much vegetable oil. After about 5 seconds put in the bamboo shoots and keep turning and frying them. After the bamboo shoots look as if slightly brained, add in 4 to 5 teaspoons of soy sauce and continue to turn and fry the bamboo shoots. After some 7 minutes pour in some water and put in suitable amount of sugar and salt. Keep the lid on for a couple of minutes and after that the fleshy vegan dish is ready to be tasted. Enjoy your meal!



德英中互译 • German / English / Chinese