



**SÜSS-SAURES POULET****TSA SHENG CAI YI CHI**

2 Lf	Stärkemehl	
2 Lf	Erdnussöl	
3 Lf	helle Sojasauce	vermischen
400 g	Pouletbrust	in Streifen schneiden, mit der Sauce vermischen ca. 1 Std. in den Kühlschrank stellen
1 Lf	Erdnussöl	erhitzen, Pouletstreifen anbraten, herausnehmen
2	Zwiebeln	schneiden
2	Knoblauchzehen	zerdrücken, mit Salz andünsten
1	grüne Peperoni oder Sellerie	in Streifen schneiden, mitdünsten
4 Sch.	Ananas	in Stücke schneiden, zugeben
1 dl	Bouillon	
1 dl	Ananassaft	
1 Lf	helle Sojasauce	
1 Lf	Zucker	mischen, zugeben, abschmecken
2 Lf	Korianderblätter	fein schneiden
2-4 Lf	Cashew-Nüsse	hacken, darüber streuen

**GARNELEN MIT GEMÜSE****QING CAI CHAO XIA**

300 g	Garnelen	Garnelen am Rücken entlang einschneiden und Darmfaden entfernen, waschen und trocken tupfen
2 Lf	Oel	erhitzen, Garnelen gut anbraten, herausnehmen
2	Knoblauchzehen	zerdrücken
½ Tlf	Salz	vermischen
2	Zwiebel	schneiden, andünsten
300 g	Broccoli	in Röschen 3 Min. blanchieren
2	Rüebli	
1	rote Peperoni	
½	Lauch	in feine Streifen schneiden, mitdünsten
10 g	Mu Err Pilze	ca. 10 Min. einweichen
80 g	Sojasprossen	heiss abspülen
100 g	Kefen, tiefgefroren	auftauen, 1-2 Min. mitgaren
1 dl	Gemüsebrühe	
3 Lf	helle Sojasauce	zugeben
	Salz, Zucker und Pfeffer	abschmecken, Garnelen noch einmal kurz erwärmen

<b>EXOTISCHER FRÜCHTEGEELEE    SHUIGUO BU DING</b>
----------------------------------------------------

1 l	Aprikosensaft	in eine Pfanne geben
10 g	Agar	unter Rühren zugeben, 5 Min. leicht kochen lassen
½	Zitrone	Saft und Schale
2 -3 Lf	Zucker	alles gut vermischen
600 g	exotische Früchte	in Dessertschalen verteilen, Saft darüber geben