



## Rezepte aus der Behr Küche

### Gegrillter Mini-Wok Choi mit süßer Chili-Sauce



#### Zutaten für 3 Personen

300g Mini-Wok Choi  
Öl (z.B. Sesam- oder Rapsöl)

Für die Sauce:

120ml Wasser  
100ml Branntweinessig  
100g Zucker  
2 rote Chilischoten  
2 Knoblauchzehen  
1/2 TL Salz  
1 EL Speisestärke (leicht gehäuft)  
2 EL Wasser  
20g Ingwer

#### Zubereitung:

Den Mini-Wok Choi waschen, trocken schleudern und die Schnittstellen anfrischen. Falls der Wok Choi etwas größer geraten ist, empfehlen wir, ihn zu halbieren. Den Mini-Wok Choi mit etwas Öl bestreichen, auf den Grill legen und von allen Seiten für wenige Minuten grillen. Er sollte so platziert werden, dass die Blätter möglichst wenig Hitze abbekommen.

Für die Sauce die Chilischoten waschen, vom Stiel und den Kernen befreien und zusammen mit den geschälten Knoblauchzehen in sehr kleine Stücke hacken und anschließend mit einem kleinen Löffel noch etwas zerdrücken. 120ml Wasser, Zucker, Essig und Salz in einen Topf geben und unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Stufe erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat und es anfängt zu kochen. Die Chili-Knoblauchmischung hinzufügen und ca. 5 Minuten mitkochen. Den Topf vom Herd nehmen. Die Stärke mit 2 EL Wasser anrühren, unter die Sauce rühren und aufkochen lassen, bei leichter Hitze ca. eine Minute andicken lassen. Die Konsistenz der Sauce wird nach dem Erkalten noch etwas dicker. Nun die Sauce in eine Schale geben, den geschälten Ingwer halbiert in die Sauce geben und das Ganze für ca. 15 Minuten ziehen lassen. Den Ingwer wieder herausnehmen, die Sauce ein letztes Mal durchrühren und zum gegrillten Mini-Wok Choi servieren.

Guten Appetit!



Rezepte aus der Behr Küche