



One-Wok-Pasta

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Garzeit: ca. 10 Minuten

Für 2 Portionen:

250 g Hähnchenbrust
1 rote Peperoni
100 g kleine Auberginen
60 g Zuckerschoten
1 EL Sesamöl
400 ml Hühnerfond
100 ml Kokosmilch
1 EL grüne Currypaste
Salz
120 g Mie-Nudeln
5 Stiele Koriander

Utensilien: Brett, Messer, Miele
Induktionswok, Miele Wokpfanne, Kochlöffel

Zubereitung:

- 1 Süßkartoffeln gründlich waschen, trocken tupfen und mit einer Gabel rundherum einstechen. Anschließend mit etwas Meersalz einreiben und in den gelochten Garbehälter setzen.
- 2 Dampfgarer mit der Funktion Combigaren vorheizen (Temperatur: 180 °C/ Feuchte: 85%). Kartoffeln bereits während der Vorheizphase auf der mittleren Schiene ca. 45 Minuten garen.
- 3 In der Zwischenzeit Joghurt und Currypaste in einer Schüssel verrühren. Mit Salz abschmecken. Koriander waschen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. Peperoni waschen, trocken tupfen und schräg in feine Ringe schneiden. Süßkartoffeln aus dem Ofen nehmen und der Länge nach aufschneiden. Joghurt darauf verteilen und mit Koriander und Peperoni garnieren.

Tipp: Man kann übrigens auch die Blätter der Süßkartoffel essen, die Spinat stark ähneln.

Einstellung:

Betriebsarten:	Combigaren: Heißluft Plus
Temperatur:	180 °C
Garzeit:	45 Minuten
Feuchte:	85 %