

Pfannengerührte grüne Paprika mit Sesamöl

3 große grüne Paprikaschoten

$\frac{1}{4}$ Tasse chinesisches Sesamöl

3 Eßlöffel Sojasoße

$\frac{1}{2}$ Teelöffel Honig

1.) Die Samen der Paprikaschoten entfernen. Danach Paprika in 2 $\frac{1}{2}$ cm breite und 5 cm lange Streifen schneiden.

2.) Sesamöl in einem Wok oder einer großen, schweren Bratpfanne auf mittlere Hitze bringen. Paprika unter Rühren braten, bis die Haut faltig zu werden beginnt, Öl abgießen und wegschütten.

3.) Sojasoße mit dem Honig verrühren. Die Mischung über die Paprikastreifen gießen und alles zusammen 3 Minuten pfannenrühren.