Rezept

Scharfer Kohl mit Ananas

Ein Rezept von Scharfer Kohl mit Ananas, am 19.05.2025

Zutaten

300 g	Weißkohl
4	Frühlingszwiebeln
2 EL	Öl
3 EL	Reiswein
	Salz
2	Knoblauchzehen
2	grüne Chilischoten
150 g	Ananasstücke (aus der Dose)
2 EL	Sojasauce
	Korianderblättchen zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Den Kohl waschen, putzen und dicke Blattrippen flacher schneiden. Kohl in breite, kurze Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Die Chilischoten waschen, putzen, fein hacken.

2. Öl im Wok erhitzen. Kohl darin bei starker Hitze 2 Min. braten. Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Chili dazugeben und 1 Min. braten.

3. Ananasstücke abtropfen lassen, 4 EL Ananassaft auffangen und mit Reiswein und Sojasauce verrühren.

4. Ananas zum Kohl geben und erhitzen. Sauce angießen und einmal aufkochen lassen. Das Gemüse mit Salz abschmecken und mit Korianderblättchen bestreuen.