

Grefi GmbH

Nüsse & Spezialitäten

Hünenbergstr. 157
46147 Oberhausen
Tel.: 0208 / 82388-0
Fax: 0208 / 82388-24
mail@grefigmbh.de
www.grefi-nuesse.de

Wokgerichte



Die asiatische Küche

...lockt mit raffinierten leichten Gerichten. Lassen Sie sich von Fernweh packen und entdecken Sie mit uns ein paar Geheimnisse der asiatischen Kochkunst. Die Kochkunst Asiens ist eine der Raffiniertesten und phantasiertesten der Welt der Welt. Sie gehört zur Tradition und ist Ausdruck asiatischer Lebenskunst. Farben, Aromen und Gewürze jeden Gerichts eine wichtige Rolle. Das Hauptprinzip ruht auf der „Harmonisierung der Speisen“. Diese Theorie bezieht die fünf Geschmacksrichtungen süß, sauer, bitter, pikant, und salzig auf die Nahrungsbedürfnisse der fünf wichtigsten Organe des Körpers (Herz, Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse, Lunge und Nieren).

Thai Pfanne

Zutaten:

Saison Gemüse, Mungo Bohnen, Chinakohl, Peperoni auf Olivenöl und Butteröl.

Dressing:

25 g Grefi´s Thai Mix, 25 ml Soja Balsam Essig, 25 ml Sesamöl, 25 ml Passionsfrucht Aperitif Essig.



Zubereitung:

Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und in Butteröl / Peperoni auf Olivenöl (50:50) abschwenken (al dente). Grefi´s Thai Mix wie gewohnt anrühren und als Dressing über das gegarte Gemüse geben. Kann auch als Beilage zu Fisch oder Fleisch gereicht werden.

Warmer Thai Salat

Zutaten:

Saison, Gemüse, Mungo Bohnen, Chinakohl, Peperoni auf Olivenöl, Butteröl, Avocado, Orangenfilets und Nüsse.

Dressing:

25 ml Soja Balsam Essig, 25 ml Passionsfrucht Aperitif Essig, 25 ml Grefi´s Thai Mix, 25 ml Sesamöl.

Das Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden und in Butteröl anschwemmen (al dente). Kann auch als Beilage zu Fleisch der Fisch gereicht werden.