

Varme retter - 4 personer

## Wok Amok

At lave wok på trangia, kan i mindre mængder let ske direkte i gryden. Jeg er dog den heldige ejer af en foldbar wok fra norske Eagle products, som passer lige på trangiaet. Desuden fandt jeg en lokal fabrikeret jernwok på en rejse til Tyrkiets bagland. Den passer fint til trangiaet. Derfor er det min tilgang til wok amok.

Her er opskriften på en simpel wokret, som let kan varieres i det uendelige... Leg med varianterne og tøm køleskabet.

### Wok med danske grøntsager, honning og varmrøget laks.

#### **Ingredienser**

8 gulerødder

1 sød kartoffel

1/4 hvidkål

4 forårsløg

1/2 squash

1 hvidløg

1 spsk Honning

1 dl Soya

1/2 dl Sød chili sauce

Raps eller solsikkeolie

#### **Forberedelse**

Alle grøntsager skæres 5 mm tykke 3-4 cm lange stave, eller tilsvarende stykker.

#### **Tilberedning**

Wokken sættes over ilden. Raps eller solsikkeolie hældes i. Når olien er varm, vil den syde omkring den svovlfrie ende af en tændstik. Så begynder selve wokningen. Grøntsagerne skal hældes i den rigtige rækkefølge for at være færdige samtidigt. De hårdeste grøntsager skal i wokken et stykke tid før resten føres til. Sørg for at der konstant vendes i grøntsagerne under tilberedningen, indtil der tilføres mere væske.

Efter ca. 10 minutters wokning tilsættes ca. 1 spsk honning, samt en rundhåndet mængde soya og sød chilisauce.

Retten koges ind, mens den regelmæssig vendes rundt. 5 minutter før servering tilsættes 200 gram varmrøget laks brækket i bidder. Så er retten færdig.

#### **Servering:**

Serveres med grovflutes