

*Zutaten (für 4 Personen)*

100 g Zuckerschoten  
250 g Brokkoli  
1 Möhre  
1 kleine Zucchini  
1/2 rote Paprikaschote  
50 g Champignons  
250 g halbe Hähnchenfilets  
1 EL Öl  
2-3 EL Sojasoße  
50 ml süße Chilisoße  
30 ml Orangensaft  
Salz, Pfeffer

**Zubereitung**

Das Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke teilen oder schneiden. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Sojasoße, die Chilisoße und den Orangensaft verrühren.

Das Öl im Wok (oder in der Pfanne) erhitzen. Das Hähnchenfilet anbraten und das Gemüse untermischen.

Die Soße untermischen und aufkochen lassen. Ca. 5-7 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

