Arkiwokki – jota voi soveltaa jääkaapin mukaan

1 porkkana
1 sipuli/ punasipuli
1-2 valkosipulikynttä
pala paprikaa
pieni pala inkivääriä
2rkl soijakastiketta
2rkl sweetchili kastiketta
1rkl sokeria
1dl vettä
suolaa
halutessasi muita mausteita
(lisäksi wokkasviksia pakkasesta tai muita kasviksia esim. palsternakka, jos sattuu olemaan)
nuudeli (täysjyvänuudeleli, munanuudeli, riisinuudeli tms.)

1. Kuori ja paloittele kasvikset ohuiksi suikaleiksi, inkivääri ja valkosipuli hienonnetaan
2. Lisää wokpannuun tai paistinpannuun 2rkl öljyä
3. Lisää pannuun porkkanat ja pyörittele hetki (kypsyvät kaikkein kauimmin)
4. Lisää joukkoon valkosipuli, sipuli, inkivääri ja 1dl vettä jatka pyörittelyä
5. Lisää joukkoon soija, sweetchili, sokeri ja suola (halutessasi vielä muita mausteita esim. mustapippuri, cayenne, chili, kalakastike)
6. Lisää joukkoon pieneksi suikaloitu proteiini (esim.oumph /tofu /papuja)
7. Pyörittele hetki
8. Valmista erillisessä kattilassa nuudeli, pakkauksen ohjeen mukaan -kun nuudeli on valmis, valuta vesi ja lisää nuudelit wokin joukkoon, sekoittele nostellen, kahta puuhaarukkaa hyödyntäen.
9. Testaa maku ja lisää siihen maustetta niin että sopii ruokailijoiden makuun!!
10. Voit lisätä päälle yrttiä esim. korianteria ja arkeen saa juhlaa vaihtamalla haarukat syömäpuikkoihin.

“Wokki toimii tulisena tai mietona, se putoaa kaikenikäisille. Kaiken voi korvata toisella aineella ja nuudelinkin vaihtaa riisiksi, ohraksi tms. Wokkia voi soveltaa kasvisruoaksi tai joukkoon voi listätä kalaa, broileria, halloumia…”
– Kotitalousopettaja Riikka Kononen