

Schweinefleisch-Streifen Szechuan-Art

In Szechuan heisst dies Si Chuan Zhu Rou Si!

Kühlstellen:

30 Minuten

Die Vorarbeit:

10 g getrocknete Mu-Err Pilze in warmem Wasser einweichen.

La Mise en Place:

100 g Basmati, 2 EL Sojasosse, 1 TL Ingwer, einige Tropfen Sesamöl, 2 EL Reiswein, 300 g Schweinefleisch vom Nierstück, 1 TL Maizena, 1 EL Sojasosse, 1 EL Reiswein, 1 EL Reissessig, 1 EL Sambal Oelek, 2 EL Ketchup, ½ rote Peperoni, 1 Banane, 5 cm Lauchstängel, 1 Zwiebel, 30 g Bambussprossen, Bouillon, Erdnussöl

Die Vorbereitung:

Mu-Err Pilze kleiner schneiden und Basmati waschen. Für die Marinade Sojasosse, Ingwer, Sesamöl und Reiswein zusammen verrühren. Schweinefleisch in ganz dünne Scheibchen schneiden, mit der Marinade mischen und 30 Minuten kühl stellen.

Für die Sosse Maizena, Sojasosse, Reiswein, Reissessig, Sambal Oelek und Ketchup zusammen verrühren. Peperoni in Streifchen, Banane, Lauch und Zwiebel in Ringlein schneiden, Bambussprossen spülen und längs dritteln.

Die Zubereitung am Herd:

Basmati waschen und im Reiskocher oder in Bouillon garen.

Im Wok Erdnussöl erhitzen und das Fleisch sehr heiss und kurz rührbraten. Herausnehmen. Pilze, Peperoni, Banane, Lauch, Zwiebel und Bambussprossen in den Wok geben und rührbraten. Mit der Sosse löschen und aufkochen.

Die Vollendung:

Das Fleisch und den gegarten Reis beifügen und gut erhitzen.

Gegen Food Waste:

Restliche Peperoni in Salat mischen, Lauch und Bambussprossen unter Reis oder Nudeln rühren.

