Nach Fisch duftendes Schweinefleisch
Yu xiang ròu si

Der Name des Gerichts rührt wohl daher, dass traditionell Fisch auf diese Weise zubereitet wurde.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
300 g Schweinefilet
1 EL Kartoffelmehl
1 Prise Salz
5 Mu-Err-Pilze
6 EL Öl
4 Chilischote(n) getrocknet
1 Lauchzwiebeln
5 cm Ingwer
2 Zehen(n) Knoblauch
100 g Bambussprossen
¼ Paprika rot
¼ Paprika grün
Für die Sauce
100 ml Fleischbrühe
1 EL Reiswein
½ EL Sojasauce dunkel
1 ½ EL Sojasauce hell
2 EL Reisessig braun
1 EL Kartoffelmehl
1 Prise Salz
2 TL Zucker

Vorbereitung
Das Schweinefleisch in 5 cm lange Streifen schneiden, mit Speisestärke, 1 EL kaltem Wasser und etwas Salz vermengen und 20 Minuten stehen lassen. Die Mu-Err-Pilze 20 Minuten in heißem Wasser quellen lassen, dann abtropfen lassen und in dünne Streifen schneiden. In der Zwischenzeit die Chilischoten und die Lauchzwiebel in dünne Ringe schneiden. Den Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Die Bambusstreifen in feine Streifen schneiden. Die Paprika von Kernen befreien und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Alle Zutaten für die Sauce in einer Schale mischen.

Zubereitung
4 EL Öl im Wok stark erhitzen. Die Schweinefleischstreifen darin pfannenrühren. Herausnehmen, sobald sie Farbe genommen haben, das restliche Öl in den Wok geben. Chilischoten,

© 2024 coquina.de

Lauchzwiebel, Ingwer und Knoblauch in den Wok geben und pfannenrühren, dann Bambus, Paprika und Mu-Err-Pilze dazugeben und 1 bis 2 Minuten unter Rühren weiter braten. Die Schweinefleischstreifen wieder in den Wok geben und kurz unterrühren. Die Hitze etwas reduzieren. und die Sauce in den Wok gießen. Alles so lange weiter rühren, bis die Sauce leicht eindickt. Heiß mit gekochtem Reis servieren.