Rindfleischstreifen mit Paprika
Làjiūo niúròu tiáo

Làjiūo niúròu tiáo, auch bekannt als Rindfleischstreifen mit Paprika, ist ein beliebtes chinesisches Gericht. Es besteht aus zarten Rindfleischstreifen, die mit knackigen Paprikaschoten und oft auch mit Zwiebeln und Knoblauch in einer würzigen Sauce gebraten werden.Der Geschmack ist eine köstliche Kombination aus herzhaftem, leicht süßlichem und würzigem Aroma. Das Rindfleisch ist zart und saftig, während die Paprika eine frische und leicht süße Note hinzufügt. Die Sauce, die oft aus Sojasauce, Austernsauce und manchmal auch etwas Chili besteht, verleiht dem Gericht eine angenehme Würze und Tiefe.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

400 g Rindfleisch
3 Paprika grün
4 Chilischote(n) rot
1 Frühlingszwiebel(n)
3 Zehen(n) Knoblauch
500 ml Öl

Für die Marinade

1 ½ EL Sojasauce
½ Ei(er) geschlagen
1 TL Maismehl

Zum Abschmecken

2 TL Sojasauce
1 TL Reiswein
½ TL Pfeffer
1 TL Zucker

Vorbereitung

Die Paprika- und Chilischoten halbieren, entkernen und in Längsstreifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken, das Ei schlagen. Das Rindfleisch in 4 cm lange Streifen schneiden und marinieren. Die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Zubereitung

Eine heiße Pfanne zweimal mit Öl ausschwenken, das Öl hineingeben und den Wok stark erhitzen. Das Rindfleisch darin kurz anbraten. Die grünen Paprika hineingeben und kurz pfannenrühren. Beides herausnehmen und abtropfen lassen. Ein EL Öl im Wok zurückbehalten. Darin die Frühlingszwiebel, Knoblauch und Chili einige Sekunden pfannenrühren. Die Gewürze zum Abschmecken, das Fleisch und die grünen Paprika zugeben, kurz pfannenrühren, servieren.

© 2026 coquina.de