Rindfleisch mit Sa-Cha-Chiang-Sauce
Sha cha niúròu

Das Rezept für »Rindfleisch mit Sa-Cha-Chiang-Sauce«, auch bekannt als »Sha Cha Beef«, stammt ursprünglich aus der ChaoZhou-Region in Guangdong, China. Es ist ein beliebtes Gericht in der Fujian-Küche, der Teochew-Küche und in Taiwan.
In Bezug auf Geschmack und Aroma ist »Rindfleisch mit Sa-Cha-Chiang-Sauce« ein köstliches und aromatisches Gericht. Die Sa-Cha-Sauce verleiht dem Gericht ein unvergleichliches Aroma. Sie besteht aus Sojabohnenöl, Knoblauch, Schalotten, Chilis, Brillfisch und getrockneten Garnelen. Das Rindfleisch wird oft mariniert, was es zart und geschmackvoll macht. Das Gericht wird oft mit Gemüse serviert, das die Sauce aufnimmt und so zu einem wichtigen Bestandteil des Gerichts wird.
Die Sa-Cha-Sauce hat eine exotische Note nach Meeresfrüchten, Fisch und einer feurigen Chilinote. Sie ist jedoch nicht zu scharf. Insgesamt ist »Rindfleisch mit Sa-Cha-Chiang-Sauce« ein Gericht mit einem reichen und komplexen Geschmacksprofil, das sowohl herzhaft als auch würzig ist.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

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

Zutaten für 4 Portionen

300 g Rindfleisch aus der Hüfte
150 g Zuckerschoten
5 ml Öl zum Braten

Für die Marinade

1 Eiweiß
1 ½ EL Kartoffelmehl
2 EL Öl
2 Prise Pfeffer
1 EL Sojasauce
4 EL Wasser

Für die Sauce

5 Zehen(n) Knoblauch
3 EL Öl
2 EL Sojasauce
1 EL Zucker
1 Prise Salz
100 ml Fleischbrühe
1 EL Sesamöl
2 EL Kao-Liang-Schnaps

Vorbereitung

© 2026 coquina.de

Die Zutaten für die Marinade verrühren, das Rindfleisch in dünne Scheiben schneiden und in die Marinade geben. Von den Zuckerschoten die Enden abschneiden und die Fäden abziehen und anschließend 20 bis 30 Minuten in Wasser ziehen lassen. In der Zwischenzeit den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zuckerschoten 1 Minute blanchieren.

Zubereitung

Eine heiße Pfanne zweimal mit etwas Öl ausschwenken und dann das Öl zum Anbraten erhitzen. Das Rindfleisch in die Pfanne geben und 1 Minute anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und abtropfen lassen. Das restliche Öl aus der Pfanne abgießen und das Öl für die Sauce erhitzen. Den Knoblauch darin anbraten, dann das Rindfleisch zugeben, und nach einer weiteren Minute die Zuckerschoten hinzufügen. Alles noch eine weitere Minute pfannenrühren. Nun die Sojasauce, Zucker und Salz sowie die Sa-Cha-Chiang-Sauce unterrühren und mit der Brühe ablöschen. Das Kartoffelmehl mit 3 EL Wasser und dem Sesamöl verrühren und unter die Sauce geben. Wenn die Sauce dickflüssig geworden ist, den Kao-Liang-Schnaps zufügen und alles kurz verrühren. Alles auf einer Platte anrichten und servieren.

© 2026 coquina.de