



Schweinefleisch mit Champignon und Strohpilz Xiānggā cao gā ròu sī

Herkunft: China

Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

200 g Schweinefleisch

100 g Champignons

100 g Strohpilze

50 g Bohnen grün

1 Ei(er)

5 EL Sojasauce hell

3 EL Sojasauce dunkel

4 EL Kartoffelmehl

30 ml Öl

300 ml Wasser

¼ TL Glutamat

½ TL Salz

500 ml Öl Zum Frittieren

1 TL Zucker

Vorbereitung

Das Schweinefleisch waschen und in etwa 2 mm dicke, 5 cm lange und 2 cm breite Scheiben schneiden. Die Schweinefleischscheiben mit etwas Salz und einem Ei würzen, glatt rühren, dann 2 EL Kartoffelmehl zugeben und glatt rühren. Die beiden Spitzen und die Sehne der Bohnen entfernen, die Bohnen waschen und halbieren.

Zubereitung

Eine Pfanne mit 0,5 l Öl erhitzen, bis etwa 90 Grad. Die Schweinefleischscheiben in die Pfanne geben und braten nur so lange, bis das Fleisch nicht mehr aneinander klebt. Das Fleisch in einen Sieb geben und das Öl in einem Behälter darunter auffangen. Die Pfanne mit dem Öl erhitzen und die Champignons und Pilze in die Pfanne geben, etwa eine Minute lange braten, dann die Bohnen zugeben und kurz pfannenrühren. Wasser, helle Sojasauce, dunkle Sojasauce, Zucker, Glutamat, 1 g Salz zugeben und zum Aufkochen bringen. 2 EL Kartoffelmehl mit 2 EL Wasser anrühren, in die Pfanne geben und glatt rühren. Die Schweinefleischscheiben zugeben, pfannenrühren, auf eine vorgewärmte Platte geben und servieren.