Rindfleisch in roter Sauce
Hong shao niúròu

Rindfleisch in roter Sauce ist ein chinesisches Gericht, das durch seine reichhaltigen und würzigen Aromen besticht. Zutaten wie Sojasauce und fermentierte schwarze Bohnen tragen zur Umami-Komponente bei, die den Geschmack intensiviert. Je nach Rezept kann eine leichte Süße durch die Zugabe von Zucker oder Hoisinsauce entstehen. Ingwer, Knoblauch und Frühlingszwiebeln fügen eine aromatische Tiefe hinzu, die das Gericht abrundet.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 2 Stunde(n)

Zutaten für 4 Portionen
1 Kilogramm Rindfleisch
4 EL Öl
2 cm Ingwer
2 Lauchzwiebeln
2 EL Reiswein
2 EL Kandiszucker
4 EL Sojasauce dunkel
2 EL Sojasauce hell
1 Prise Salz
1 TL Tee grün
2 Sternanis
½ TL Zimt
2 Blätter Lorbeer
300 g Kartoffel(n)
300 g Karotte(n)
1 EL Kartoffelmehl

Vorbereitung
Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. 1 l Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Rindfleischwürfel hineingeben und 10 Minuten kochen lassen.
In der Zwischenzeit die Kartoffeln und Karotten schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Die Speisestärke mit 1 EL kaltem Wasser verrühren. Das Fleisch aus dem Topf nehmen, und das Wasser weggießen.

Zubereitung
2 EL Öl im Wok erhitzen. Den Ingwer und die Lauchzwiebeln bei mittlerer bis starker Hitze kurz darin pfannenrühren. Die Rindfleischwürfel dazugeben, dann Reiswein, Kandiszucker, beide Sojasaucen sowie Salz dazugeben, und alles weitere 5 Minuten pfannenrühren.
750 ml warmes Wasser zugießen. Grünen Tee, Sternanis, Zimt und Lorbeerblätter dazugeben und aufkochen lassen. Die Hitze reduzieren und alles 1 - 1 1/2 Stunden zugedeckt köcheln lassen. Die

© 2025 coquina.de

Kartoffeln und Karotten in einem zweiten Wok oder einer Pfanne in 2 EL Öl bei mittlerer Hitze 10 Minuten braten und beiseite stellen.
15 Minuten vor Ende der Garzeit des Fleisches die Kartoffeln und Karotten zum Rindfleisch geben und bei geschlossenem Deckel mit köcheln lassen. Zum Schluss die verrührte Speisestärke einrühren und alles 5 Minuten stark kochen lassen, bis die Sauce leicht eindickt. Heiß mit gekochtem Reis servieren.

© 2025 coquina.de