

Schweine-Fleisch süß-sauer mit Feld-Salat

Für zwei Personen

500 g Schweine-Fleisch	200 g Basmatireis	100 g Feldsalat
1 Paprika, grün	1 Paprika, rot	150 g Bambussprossen
150 g Sojabohnenkeime	4 Schalotten	1 Orange
1 Zitrone	1 EL Butter	125ml Rinderfond
1 EL Sherry, halbtrocken	5 EL Essig	5 EL Sojasauce
2 EL Sweet-Chili-Sauce	2 EL Kürbiskernöl	1 EL Akazienhonig, flüssig
3 EL Honig	2 EL Dijon-Senf	2 EL Speisestärke
Pflanzenöl, Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und den Basmatireis darin gar kochen. Von der Zitrone und der Orange Schale abreiben. Während des Kochvorgangs etwas Orangen- und Zitronenabrieb mit in den Topf geben. Das Schweine-Fleisch waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Anschließend den Wok auf den Herd stellen und das Schweine-Fleisch darin anbraten. Wenn das Fleisch fertig ist aus dem Wok nehmen und beiseite stellen. Die grüne und die rote Paprika waschen, schälen und grob schneiden. Anschließend die Paprikastücke in den Wok geben und anbraten. Die Bambussprossen und die Sojakeimlinge mit etwas Butter in den Wok geben und anbraten. Anschließend mit Fond aufgießen und etwas Sojasauce, den Akazienhonig, etwas Essig und Salz mit in den Wok geben und mit dem Sherry abschmecken. Nun das Fleisch wieder mit in den Wok geben und alles mit Speisestärke abbinden. Den Feldsalat waschen und trocken tupfen. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Aus etwas Essig, Honig, Sojasauce, Pfeffer, Salz und etwas Dijon-Senf ein Dressing herstellen. Die Schalottenwürfel mit in das Dressing geben und alles mit etwas Olivenöl einmal aufschäumen. Das Dressing über den Feldsalat geben. Den Basmatireis abgießen. Das Schweine-Fleisch süß-sauer auf einem Teller anrichten. Den Basmatireis und den Feldsalat daneben drapieren und alles servieren.

Klothilde Fuchs am 15. Januar 2013