

Gewürfeltes Enten-Fleisch mit grüner Paprika

| | | |
|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| 375 g Entenfleisch, (Brust) | 1 Eiweiß, kräftig geschlagen | 2 EL Maisstärke |
| 3/4 TL Salz | 500 g Öl oder Entenfett | 1 große grüne Paprikaschote |
| 2 TL Maisstärke | | |

Würzmischung:

| | | |
|---------------------|---------------|------------------|
| 2 EL helle Sojasoße | 2 TL Reiswein | 1 Vi TL Zucker |
| 1/8 L 1 Entenbrühe | 1 TL Sesamöl | Salz und Pfeffer |

Das Entenfleisch in kleine Würfel schneiden und mit Eischnee, Maisstärke und Salz in eine Schüssel geben. Alles gut vermischen und 15 Minuten durchziehen lassen.

Die Paprikaschote halbieren und nach Entfernen von Stiel, Rippen und Samen in Quadrate schneiden.

Das Öl oder Fett in einem Wok zum Sieden bringen, dann auf mäßige Temperatur herunter-schalten. Das gewürfelte Entenfleisch etwa 3 Minuten braten, bis es gar ist, herausnehmen und beiseite stellen.

Paprikastücke in den Wok geben und garen, bis sie sich leicht verfärben. Herausheben und ab-tropfen lassen.

Das Öl bis auf 2 Eßlöffel abgießen und die Würzzutaten im Wok unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Fleischwürfel und Paprikastücke wieder in den Wok geben und einige Augenbli-cke bei hoher Temperatur unter Rühren erhitzen. Die Maisstärke mit kaltem Wasser dünnflüssig anrühren, das Gericht etwas eindicken und dann servieren.

Chinesisch am 16. Juni 2021