

## Doppeltgegartes Rindfleisch

1 kg Rindfleisch, Hüfte	3 EL Erdnußöl	3 Sternanisfrüchte
2 St. getrock. Mandarinenschale	3 Frühlingszwiebeln	6 Sch. Ingwerwurzel
4 Knoblauchzehen	2 TL Szechuanpfefferkörner	3 EL Reiswein
1/8 L helle Sojasauce	3 EL dunkle Sojasauce	2 EL Braune-Bohnen-Sauce
1 EL Zucker	Salz und Pfeffer	2 TL Maisstärke
1 TL Sesamöl		

Das Rindfleisch in dicke Scheiben schneiden und diese in quadratische Stücke. In einem Wok das Öl bis zum Siedepunkt erhitzen und das Fleisch darin in mehreren Portionen braten, bis es eine schöne Farbe hat. Herausheben und beiseite stellen.

Das Öl bis auf eine kleine Menge abgießen. Sternanis, Fruchtschale, ganze Frühlingszwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Pfefferkörner im Wok 2 Minuten unter Rühren braten. Wenn sie duften, Wein und Sojasaucen hinzufügen und 4 Minuten köcheln lassen. Sternanis, Frühlingszwiebeln, Ingwer und Knoblauch wegwerfen, Fleischscheiben, Bohnenpaste und Zucker in den Wok geben und mit Wasser bedecken.

Alles zum Kochen bringen, dann auf sehr schwache Hitze reduzieren, den Deckel auflegen und den Topfinhalt etwa 3 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch sehr weich ist.

Die Sauce salzen und pfeffern und mit in kaltem Wasser verrührter Maisstärke binden. Sesamöl über das Gericht träufeln und sofort servieren.

Chinesisch am 13. Februar 2020