

In Streifen geschnittenes, frittiertes Schweine-Filet

300 g Schweinefilet	60 g Maisstärke	1/8 L Erdnußöl
1/4 kl. rote Paprikaschote	1/4 kl. grüne Paprikaschote	2 Schalotten
1 TL ChilisaUCE		
Würzmischung:		
1 EL helle Sojasauce	2 TL Ingwersaft	2 TL Reiswein
2 TL schwarzer Reis-Essig	1/2 TL Salz	

Paprika und Schalotten in dünne Streifen schneiden.

Das Schweinefilet in hauchdünne Scheiben schneiden und diese wiederum in Streifen, schmaler als Streichhölzer. Die Maisstärke mit ausreichend kaltem Wasser zu einer dünnen Paste vermischen.

Das Fleisch hineingeben und gut umrühren, so daß alle Streifen dünn überzogen sind.

Das Erdnußöl in einem Wok bis zum Siedepunkt erhitzen und das Fleisch fritieren, bis es groß ist, dabei die Streifen mit hölzernen Eßstäbchen trennen. Das Fleisch ist fertig, wenn es sich hellgoldbraun färbt und - nach dem Abtropfen - leise raschelt. Herausnehmen und beiseite stellen.

Das Öl bis auf 1 Eßlöffel abgießen. Die bereits vermischten Saucenzutaten in den Wok geben und zum Kochen bringen. Das frittierte Fleisch hinzufügen und in der Sauce unter Rühren braten, bis die Streifen gleichmäßig überzogen sind. Paprika und Frühlingszwiebeln dazugeben und alles gut vermengen. Dann das Chiliöl darüberträufeln, gut untermischen und das Gericht in eine Servierschüssel geben.

Chinesisch am 01. Februar 2020