

Chinesisches Rinder-Geschnezeltes

Für 4 Personen

100 g Klebreis	100 g Basmatireis	500 g ausgelöster Rinderrücken
1 EL Speisestärke	3 EL helle, Sojasauce	3 EL Reiswein
2 Zwiebeln	200 g Shiitake-Pilze	200 g Kräuterseitlinge
1 Bund Lauchzwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 Stück Ingwer (daumengroß)
3 EL Cashewkerne	3 EL Olivenöl	2 Stück Sternanis
Austernsauce	165 ml Rinderbrühe	Salz

Beide Reissorten nach Packungsangabe in Salzwasser garen.

Inzwischen das Fleisch kurz kalt abbrausen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.

In einer Schüssel 1 EL Speisestärke, Sojasauce und Reiswein vermischen und das Fleisch darin marinieren.

Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden.

Die Shiitakepilze und Kräuterseitlinge putzen und in Scheiben schneiden.

Lauchzwiebeln putzen, abspülen, abtropfen lassen und schräg in lange Stücke schneiden.

Knoblauch und Ingwer schälen und fein schneiden.

Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett kurz rösten. Auf einem Teller auskühlen lassen.

Eine Pfanne erhitzen. 2 EL Öl hinein geben.

Das Fleisch abtropfen lassen, Marinade auffangen.

Fleisch in der Pfanne im heißen Ölkräftig anbraten, auf einem Teller warm stellen.

Pfanne mit Küchenpapier säubern. Übriges Öl darin erhitzen.

Zwiebelringe und Pilze in der Pfanne kräftig braten.

Sternanis, Ingwer und Knoblauch zugeben, kurz mit andünsten.

Etwas Sojasauce, Austernsauce, Reiswein und Rinderbrühe zugeben, 1 Minute köcheln lassen, restliche Marinade zugeben.

Dann Fleisch, Lauchzwiebeln und Cashewkerne zugeben und durchmischen.

Geschnezeltes auf Tellern anrichten. Reis dazu reichen.

Jacqueline Amirfallah am 31. Januar 2018