

Rindfleisch mongolisch

1 kg Rindersteak	3 Paprikaschoten	1 Zwiebel
4-5 Frühlingszwiebeln	125 ml Sojasoße	125 ml Wasser
3 Tl geriebenen Ingwer	4 Knoblauchzehen	100 g Stärkemehl
70 g braunen Zucker	1 Tl Chilisoße	Basmatireis

Die Paprika waschen, entkernen und, ebenso wie die geschälte Zwiebel, vierteln. Dann alles in dünne Streifen schneiden. Den Ingwer reiben oder wie auch den Knoblauch fein würfeln.

Das Fleisch wird erst quer zur Faser in Scheiben und dann in Streifen geschnitten. In einer Plastiktüte mit dem Stärkemehl gründlich durchmischen bis jedes Stück bemehlt ist.

Die Streifen portionsweise schön braun braten und beiseite stellen.

Sojasoße, Wasser, braunen Zucker, Knoblauch, Ingwer und Chilisoße verühren. Die Frühlingszwiebeln waschen und das Grün in etwa 5 cm lange Stücke schneiden. Währenddessen die Paprika braten bis sie zu bräunen beginnen, beiseite stellen; das Gleiche mit der Zwiebel wiederholen.

Nun die Soße in die heiße Pfanne geben und aufkochen lassen. Einige Minuten einkochen lassen und dann Fleisch und Gemüse hinzugeben. Die Soße erneut aufkochen lassen und alles köcheln, bis die gewünschte dickflüssige Konsistenz erreicht ist. Dann die Frühlingszwiebeln unterheben und erwärmen.

Das mongolische Rindfleisch auf Reis servieren und genießen.

NN am 27. März 2020