

## Schweine-Filet süß-sauer

### Für 2 Personen

400 g Schweinefilet	2 EL Sojasoße	2 TL Speisestärke
1 Msp Safran	1 Gemüsezwiebel	2 Frühlingszwiebeln
1 gelbe Paprika	1/2 Stange Lauch	2 EL Sonnenblumenöl
4 EL Essig	3 EL Zucker	

Das Fleisch in Streifen schneiden. Sojasoße mit Speisestärke und Safran mischen. Die Marinade über die Fleischstreifen geben und zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Minuten ziehen lassen. Die Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Paprika halbieren, putzen und würfeln. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. 1 EL Öl in einem Wok erhitzen und das Fleisch darin ca. 3 Minuten braten, herausnehmen und warm stellen. Dann die Zwiebeln und das Gemüse mit 1 EL Öl im Wok braten. Essig, 3 EL Wasser, Zucker und etwas Sojasoße mischen und zu dem Gemüse geben. Alles gut vermengen, das Fleisch zugeben und einmal kräftig aufkochen lassen, bis die Soße dickflüssig wird. Das Schweine-Fleisch mit dem Gemüse anrichten. Dazu passen gut Basmatireis oder chinesische Eiernudeln.

Vincent Klink Mittwoch, 06. August