

## Pikantes Schweine-Filet in der Sesam-Kruste

### Für 4 Personen:

1 TL heller Sesamsamen	$\frac{1}{2}$ TL geriebene Ingwerwurzel	3 EL Sesamöl
3 EL Weißweinessig	1 TL Zucker	5 EL Weißwein
1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen	Salz, Pfeffer
1 Msp. Chilipulver	500 g Schweinefilet	2 Eiweiß
4 EL Speisestärke	500 ml Pflanzenöl	

Den Weißwein mit Essig und Zucker aufkochen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und unter dem Wein-Essig-Sud mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch waschen, trockentupfen und quer in  $\frac{1}{2}$  cm dicke Scheiben schneiden. Die Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen. Den Sesamsamen im Wok ohne Fett goldbraun anrösten, anschließend herausnehmen.

Eiweiß mit einem Schneebesen leicht schaumig schlagen. Den Sesamsamen, 2 EL Stärke und Ingwer kräftig unterschlagen. Pflanzenöl im Wok erhitzen. Das Fleisch in der restlichen Stärke wenden, abklopfen. Nach und nach die Fleischstücke durch den Eiweißteig ziehen und im heißen Öl goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zum Schluss das Fleisch mit etwas Sesamöl beträufeln und mit der Sauce servieren. füllen und genießen. Dazu passt ein luftiger Reis.

Christian Henze am 08. Mai 2020