Premiere in Susannes und Reiners Elektro-Wok



Chop Suey mit Schweinefleisch

für 3 Personen

Zutaten

250g Schweinefleisch, 150g Bambusstreifen, 200g Soja-/Mungobohnen, 1 rote Paprikaschote, 1/2 Stange Porree, 1 Zwiebel, 10g getrocknete asiatische Pilze, 2 Teelöffel Maisstärke, 5 Esslöffel Sojasoße, 2 Esslöffel Reiswein (oder trockenen Weißwein), 2 Teelöffel Zucker, 1 Prise schwarzer Pfeffer, 3 Esslöffel Erdnussöl oder Sesamöl

Zubereitung

1. 1 Liter Wasser aufkochen und damit die getrockneten Pilze übergießen
2. die Pilze in dem Wasser 30 Minuten quellen lassen (Achtung, die werden 2-5mal so groß), danach gut ausspülen und abtropfen lassen
3. Das Schweinefleisch säubern und klein schneiden
4. Salz, 2 Esslöffel Sojasoße und Maisstärke vermischen
5. Fleisch in die Soße legen
6. Bambusstreifen abtropfen lassen
7. Sojabohnen aus der Dose abtropfen lassen bzw. frische Sojabohnen spülen und abtropfen lassen.
8. Zwiebeln in große Würfel schneiden
9. Die Paprikaschote in mittelgroße Stücke schneiden
10. Den Porree putzen und in Stücke schneiden
11. Das Öl in einer Pfanne erhitzen
12. Zwiebeln darin andünsten nd dann die Fleischstücke dazu geben und anbraten
13. Etwas Sojasoße und den Reiswein dazugeben und schmoren bis das Fleisch anfängt, fest zu werden
14. Fleisch herausnehmen und warm stellen
15. Nochmal Öl in der Pfanne erhitzen und Sojabohnen, Paprikastücke, Porree, Bambusstreifen und Pilze pfannenrühren bis alle Zutaten gar aber noch bißfest sind
16. restliche Sojasauce, Pfeffer und Zucker hinzufügen und gründlich verrühren
17. mit Sojasoße, Salz und Wein abschmecken
18. Fleisch wieder in die Soße geben, alles gut vermengen und servieren

Zeitbedarf

20 Minuten

dazu paßt

Reis, chinesische Nudeln, gebratener Reis