

Asiatische Rindfleischpfanne

Zutaten für 4 Personen:

500 g Rinderfilet, in dünnen Scheiben
1/2 TL schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
3 EL dunkle Sojasauce
1 EL Stärkemehl
10 g getrocknete Chinapilze
50 g Cashew-Kerne
2 EL Öl
4 Knoblauchzehen, gehackt
1 Stück frischen Ingwer, gehackt
300 g Austernpilze, in Streifen
2 Frühlingszwiebeln, schräg in ca. 2 cm lange Streifen geschnitten
2 Karotten, in Scheiben
5 EL Austernsauce,
1 EL Fleischbrühe
1 TL Zucker
4 EL Reiswein
1 grüne Peperoni, entkernt in feinen Streifen



Zubereitung:

- 1. Sojasauce, Stärkemehl und Pfeffer verrühren. Darin die Rinderfiletscheiben mindestens eine Stunde marinieren.**
- 2. Getrocknete Pilze in Wasser einweichen, anschließend abgießen.**
- 3. Woc bei mittlerer Energie aufheizen und Cashew-Kerne darin anrösten und anschließend beiseite stellen.**
- 4. Das Öl im Woc erhitzen. Knoblauch, Ingwer und das marinierte Fleisch darin unter ständigem Rühren scharf anbraten. Hitze reduzieren. Die vorbereiteten Pilze, Frühlingszwiebeln und Karotten zugeben. Gut umrühren und ca. 2 Minuten garen.**
- 5. Mit Austernsauce, Fleischbrühe, Zucker und Reiswein abschmecken.**
- 6. Das Gericht mit den Peperonistreifen und den gerösteten Cashew-Kernen bestreuen. Dazu Basmati-Reis reichen.**