



GROSSER GESCHMACK
IN KLEINEN DOSEN

oz. SZECHUANPFEFFER

RINDFLEISCH SZECHUAN ART

ZUTATEN

400 G	RINDSFILET ODER HUFT
2 TL	REISWEIN
½ TL	SALZ
1 TL	SPEISESTÄRKE
2 TL	oz. SZECHUANPFEFFER
1	oz. PIRI PIRI (CHILISCHOTE ROT GETROCKNET)
10 G	KNOBLAUCHZEHEN
30 G	INGWER
2	SCHALOTTEN
150 G	PAPRIKA ROT
250 G	WASSER
200 G	CHINAKOHL
50 G	SOJASPROSSEN
50 G	BAMBUSSPROSSEN
1 EL	SCHARFE BOHNENSAUCE
10 G	KORIANDER FRISCH

Für 4 Personen

Zubereitungszeit: 25 Min.

Schwierigkeitsgrad: leicht

GEWÜRZE · KRÄUTER · AROMA

oz. Szechuanpfeffer, oz. Piri Piri, Koriander frisch, Sesamöl





VORBEREITUNG

Fleisch in dünne Scheiben schneiden und mit Reiswein, Salz und Maisstärke marinieren. Mindestens für 15 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

In einer Pfanne oz. Piri Piri und oz. Szechuanpfeffer ohne Öl rösten. Achtung, dass sie nicht verbrennen. Nach 2 bis 3 Minuten aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen – anschließend im Mörser zerkleinern.

Knoblauchzehen, Ingwer und Schalotten in dünne Streifen schneiden. Chinakohl in mundgerechte Stücke schneiden. Paprika in 1 cm große Würfel schneiden.

ZUBEREITUNG

- 1 Knoblauch, Ingwer und Schalotte auf mittlerer Hitze, in einer Pfanne mit Sesamöl anbraten.
 - 2 Paprika zugeben und mitbraten.
 - 3 Die Hitze auf eine niedrige Stufe herunterstellen, Bohnensauce zugeben und 1 Minute einkochen. Anschließend mit dem Wasser aufgießen.
 - 4 Chinakohl und Bambussprossen in die kochende Sauce geben und 2 Minuten köcheln lassen, Sojasprossen zugeben und durchschwenken.
 - 5 Das Gemüse mit einem Siebschöpfer rausnehmen und warmstellen.
 - 6 Das Rindfleisch in die kochende Sauce geben und 3 Minuten lang köcheln lassen (immer wieder mit einer Gabel das Fleisch voneinander trennen.)
 - 7 Das warme Gemüse mit dem Piri Piri und dem Szechuanpfeffer zum Fleisch geben, durchschwenken und mit Sojasauce abschmecken.
 - 8 Das Rindfleisch in einer Schüssel anrichten und mit Koriander bestreuen.
-

OZ.-TIPP

Dieses Gericht kann alternativ mit Hühner- oder Schweinefleisch zubereitet werden. Der Schärfegrad kann individuell abgestimmt werden. Original wird dieses Gericht mit ca. 15 Chilischoten zubereitet und oft mit frisch geschnittenen Chili vollendet – Achtung feuerscharf!!!

