

Kochen mit Klaus

Feuriges Asia-Rindfleischgemüse (🌶️ +)

Zutaten: (Für 5-6 Personen)

- 750 g Hüftsteak, 2 TL rote Chilipaste, 1 rote Chili, 3 Knobizehen,
- Sesamöl, Sojasauce, 20 g Ingwer, 1 EL Sesamkörner, 3 Möhren,
- 2 Zwiebeln, 1 rote Paprika, 250 g grüne Bohnen, 150 g TK-Erbsen,
- Zitronenpfeffer, 1 EL getrock. Koriander, Petersilie, Chilifäden

Zubereitung:

1. Chili, Knobi u. Ingwer fein würfeln. Fleisch in dünne Streifen schneiden. Alles mit Chilipaste, 5 EL Sojasauce, 5 EL Sesamöl u. Sesamkörnern vermengen. Mind. 24 Std. kühl marinieren.



2. Zwiebel achteln, Möhren in Stifte schneiden, Paprika grob würfeln. Fleisch mit Marinade anbraten (Fleischsaft abschöpfen u. aufheben), Zwiebeln, Möhren u. Paprika mitbraten. TK-Erbsen, Bohnen, Fleischsaft zugeben u. pfannenrühren bis die Flüssigkeit verdampft ist.



3. Mit Sojasauce u. Zitronenpfeffer würzen. Kräuter unterheben.



Tipp des Chaoten:

Mit Chilifäden garniertem Basmati-Reis reichen.

