

Geschnetzeltes Chinesische Art

Zutaten für 4 Personen

750 g Schweinenacken
2-3 Zwiebeln
2-3 Knoblauchzehen
Pflanzenöl
3 Paprikaschoten (gelb, rot, grün gemischt)
300 g TK Erbsen fein
1 Glas (330 g) Mungobohnenkeime
2 Glas (330 g) Bambussprossen
½ Flasche Sojasoße pikant
½ Liter Fleischbrühe
Salz, Pfeffer
Scharfe Red Pepper Soße oder Tabasco
Mondamin Fix für braune Soße



Zubereitung

Fleisch in Streifen schneiden. Zwiebeln würfeln, Knoblauch fein hacken.
Paprikaschoten waschen, entkernen und in Streifen schneiden.
Das Fleisch in Öl kräftig anbraten, Zwiebeln und Knoblauch dazu geben und solange braten bis die Zwiebeln glasig-gelb sind.
Fleischbrühe dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, köcheln lassen bis das Fleisch nahezu gar ist (ca. 10-15 Min.).
Mungobohnenkeime und Bambussprossen abtropfen lassen und zu dem Fleisch geben. Die Paprikastreifen und die Erbsen ebenfalls dazugeben, alles gut verrühren.
Die ½ Flasche Sojasoße dazugeben und mit der scharfen Soße pikant abschmecken. Noch ca. 5 Min. köcheln lassen, das Gemüse soll noch „Biss“ haben.
Gericht mit Mondamin Fix auf gewünschte Konsistenz andicken.

Beilage: Reis