



Rindfleisch Szechuan Art

Zutaten

- 500 g Rinderhüftsteaks
- 5 EL Reiswein
- 1 EL MAGGI Würze Hot
- 3 EL Sesamöl
- 300 g grüne Paprikaschote(n)
- 200 g Karotten
- 15 g rote Chilischote(n)
- 2 Stück Knoblauchzehe(n)
- 15 g frischer Ingwer
- 50 g Frühlingszwiebel(n)
- 4 Stängel Koriander
- 1 TL Szechuan Pfeffer (grün)
- 1 EL Speisestärke
- 2 EL brauner Zucker
- 3 EL Reisweinessig
- 1,5 EL MAGGI Würze Hot

Zubereitung

1. Rinderhüftsteaks waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Mit MAGGI Würze HOT, 1/5 Reiswein und 1/3 Sesamöl ca. 15 Min. marinieren.
2. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden. Karotten putzen, waschen, schälen und in dünne Streifen schneiden. Chilischote waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in dünne Ringe schneiden. Knoblauchzehen schälen und pressen. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in Ringe schneiden. Koriander waschen und trocken tupfen. Szechuan Pfeffer grob zerstoßen.
3. Stärke, brauner Zucker, 4/5 Reiswein, Reisweinessig und MAGGI Würze HOT verrühren und beiseitestellen.
4. In einem Wok oder Pfanne 2/3 Sesamöl heiß werden lassen. Fleisch portionsweise darin kräftig anbraten und herausnehmen. Szechuan Pfeffer im Bratfett kurz rösten. Paprika, Karotten, Chili, Knoblauch und Ingwer zugeben und mit rösten. Bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. braten.
5. Würzmischung mit dem Gemüse vermischen und kurz aufkochen. Fleischstreifen und Frühlingszwiebeln zugeben und untermengen. Mit Koriander servieren. Dazu passt Kokosreis oder Basmatireis.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	19 g
Energie	351 kcal
Fett	12 g
Protein	29 g

⌚ 30 Minuten

⊕ 4 Portionen