

Ingwerfleisch



Rezept für 2 Portionen
Dauer: ca. 45 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Vollmeersalz	Etwas / nach Bedarf
Steaks	4 Stk.
Geriebene Zitronenschalen	1 Teelöffel
Ingwer	3 Dekagramm
Zwiebeln	1 Stk.
Speiseöl / Öl	4 Esslöffel
Frisch gemahlener Pfeffer	Etwas / nach Bedarf

Zubereitung:

Zwiebel schälen, halbieren, dünnblättrig schneiden und mit Ingwer und Zitronenschale vermengen. Die Minutensteaks in dünne Streifen schneiden. Pfanne oder Wok erhitzen. 2 EL Öl eingießen, Fleisch beifügen und bei großer Hitze unter Wenden etwa 1 Minute kräftig braten; Fleisch salzen und pfeffern, aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Restliches Öl eingießen und Zwiebel mit Ingwer und Zitronenschale darin unter Wenden etwa 2 Minuten rösten. Fleisch beifügen, kurz durchmengen, mit Salz und Pfeffer würzen und anrichten.

Tipp: Wenn man statt der Minutensteaks Schweinslungenbraten verwendet, ist das Ingwerfleisch besonders zart.

Dazu passend: Baguette, Reis oder Nudeln

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1480-Ingwerfleisch.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at