

Rindfleisch aus dem WOK

Rezept für 4 Portionen
Dauer: ca. 30 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Rindfleisch	500 g
Frühlingszwiebeln / Lauchzwiebeln	1 Bund
Knoblauchzehen	1 Stk.
Sojasauce / Sojasoße / Shoyu	2 EL (Essslöffel)
Reiswein	2 EL (Essslöffel)
Paprika, gelb	½ Stk.
Paprika, rot	½ Stk.
Paprika, grün	½ Stk.
Cashewnüsse	25 g
Selleriestangen	250 g
Ingwerwurzel	1 Stk.

Zubereitung:

Fleisch waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden.

Das Gemüse waschen und putzen. Paprika in Streifen, Zwiebel in Ringe, Sellerie in Scheiben schneiden.

Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln.

das Erdnussöl im WOK erhitzen. Die Nüsse darin anbraten, bis sie duften, dann herausnehmen. Das Fleisch im verbliebenen Öl unter Rühren anbraten.

Gemüse, Knoblauch und Ingwer zugeben und knackig braten.

Mit Sojasauce und Reiswein ablöschen, würzen (Pfeffer und Salz).

Den Pfanneninhalte weiter 3 Minuten unter Rühren garen, eventuell noch etwas Wasser angießen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-552-Rindfleisch-aus-dem-WOK.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at