Schweinefleisch süß-sauer

Das Schweinefleisch süß-sauer mit frischem Gemüse ist eine klassische asiatische Spezialität. Das Rezept kann man mit den bevorzugten Gewürzen und Saucen verfeinern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 30 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 1,3 h



Zutaten

750 g	Schweinefleisch (mageres)
2 EL	Sojasauce
2 EL	Reiswein
1 TL	Sesamöl
0.5 Stk.	Paprikaschoten (rote)
0.5 Stk.	Paprikaschoten (grüne)
4 Stk.	Frühlingszwiebeln
2 Stk.	Karotten
3 EL	Ananas
2 Stk.	Knoblauchzehe
200 ml	Öl (zum Frittieren)

Für den Teig

130 ml	Rindsuppe
1 Stk.	Ei
7 EL	Mehl
6 EL	Maisstärke

Für die Würzsauce

250 ml	Rindsuppe
1 EL	Sojasauce

3 EL	Zucker
1 Prise	Salz
0.5 EL	Maisstärke
4 EL	Reisessig

Zubereitung

1. Das **Schweinefleisch süß-sauer** schmeckt kleinen und großen Freunden der chinesischen Küche. Hierfür Sojasauce, Reiswein und Sesamöl verrühren. Schweinefleisch putzen, in mundgerechte Stücke schneiden und gut mit der Marinade vermischen. 30 Minuten durchziehen lassen.

2. In der Zwischenzeit Paprikaschoten entkernen und wie die Frühlingszwiebeln und Karotten in mundgerechte Streifen oder Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken, Ananas abtropfen lassen. Aus der Rindssuppe, Sojasauce, Zucker, Essig, Maisstärke und etwas Salz eine Würzsauce zubereiten. Mariniertes Schweinefleisch herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3. Etwas Öl in einem Wok oder in einer großen Pfanne erhitzen und zuerst den Knoblauch hell anrösten. Dann Karotten, Paprika und Frühlingszwiebeln dazugeben und wenige Minuten braten. Anschließend die Würzsauce über das Gemüse gießen, die Ananas dazugeben und alles gut verrühren und kurz einkochen lassen. Wenn die Sauce leicht sämig ist, das Gemüse aus dem Wok nehmen und warmhalten. Rindssuppe mit Mehl, Maisstärke und Ei verrühren, bis ein glatter Teig entsteht und kurz ziehen lassen.

4. Reichlich neues Öl in den Wok geben und erhitzen. Die Fleischwürfel kurz in den Teig tunken, etwas abtropfen lassen und dann portionsweise im heißen Öl rundum frittieren. Um zu verhindern, dass das Öl im Wok zu sehr abkühlt, lieber weniger Fleisch auf einmal hineingeben. Nach etwa 4-5 Minuten ist der Teigmantel knusprig und hat eine schöne goldbraune Farbe. Fleisch mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Auf vorgewärmten Tellern das Schweinefleisch süß-sauer zusammen mit dem Gemüse anrichten und servieren.

Tipp

Zu Schweinefleisch süß-sauer passt am besten Reis.