

Thailändisches Schweinefleisch mit Ingwer

by Gastbeitrag - Sonntag, Juni 24, 2018

<http://mundgericht.de/index.php/thailaendisches-schweinefleisch-mit-ingwer/>



Die thailändische Küche ist ohne Limetten, Chilis, Zitronengras und Kokosnuss nicht vorstellbar. Alles Zutaten, die man auch in anderen asiatischen Ländern häufig verwendet. Trotzdem ist die Küche Thailands aufgrund der Geschichte des Landes und seiner zahlreichen fremden Einflüsse einzigartig und kaum mit indischer, vietnamesischer oder gar chinesischer Kochkunst zu verwechseln.

(Vielen Dank für diesen Beitrag an Barbara.)

400 gr. Schweinefilet

2 Schalotten

1 rote Paprika

4 Frühlingszwiebeln

1 Knoblauchzehe

2 EL Ingwer (in feine Streifen geschnitten)

100 gr. Zuckerschoten

3 EL Pflanzenöl

1 EL gehackter Koriander

Für die Sauce:

2 EL Sojasauce

2 EL Fischsauce

2 EL Zucker

2 EL Limettensaft

Die Zutaten für die Sauce vermischen und beiseite stellen.

Die Knoblauchzehe feinhacken. Das Schweinefilet in sehr dünne Streifen schneiden. Beides im Wok oder einer Pfanne in 1 EL Pflanzenöl 1-2 Minuten anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Nun in den restliche 2 EL Pflanzenöl den in feine Streifen geschnittenen Ingwer und die in dünne Ringe geschnittenen Schalotten anbraten. Dann die ebenfalls in Streifen geschnittene Paprika dazugeben. Kurz braten und dann die in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebeln und die Zuckerschoten beifügen. Alles ca. 1 Minute braten. Nun das Fleisch dazugeben und mit der Sauce übergießen. Abschließend noch einmal kurz erwärmen und den fein gehackten Koriander unterheben.

Weitere Empfehlungen:

Hähnchenbrustfilets mit Koriander-Kokosmilchmarinade

Die Hähnchenfilets sollten auf jeden Fall mit frischem Koriander bearbeitet werden. Damit die M...

Italienisches Lammgulasch mit Sardellen und Oliven

Die Sardellen geben diesem mediterranen Gulasch die entscheidende Würze. Die Variante mit Olive...

Entenbrust Teriyaki

Unter Teriyaki (Teri = Glanz, Yaki = Schmoren) versteht man ein Garungsverfahren, das Fleisch ei...