

Scharfer Rindfleischwok mit Gemüsesauce

Zutaten:

400 g. Rindsfilet	1 grosses Rüebli
1 Zwiebel	100 g. Bambussprossen (Glas)
2 Knoblauchzehen	2 EL. Erdnussöl
1 rote Peperoni	Cayennepfeffer
1 gelbe Peperoni	Ingwerpulver
1 rote Chilischote	2 EL. Sojasauce
½ Chinakohl	1 TL. Essig
2 Frühlingszwiebeln	etwas Zucker
½ Zucchini	

Zubereitung:

Rindsfilet trockentupfen und in Streifen schneiden.

Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel in Ringe schneiden und Knoblauch hacken. Paprika und Chilischote putzen, mit dem Chinakohl waschen und alles in Streifen schneiden.

Frühlingszwiebeln und Zucchini waschen und Putzen, Rüebli schälen, Bambussprossen abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln in Ringe, Rüebli in Stifte, Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden.

Oel im Wok erhitzen, Fleisch darin anbraten und auf eine Seite des Wok's schieben.

Gemüse im restlichen Oel in fünf bis zehn Minuten bissfest dünsten, mit dem Fleisch vermengen und mit Cayennepfeffer, Ingwer, Sojasauce, Essig und Zucker abschmecken.