



Chopsuey

Das Rezept ist für 4 Personen berechnet.

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze,
lt = Liter, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1	Kleine Packung getrocknete Mu-Err-Pilze	Mu-Err-Pilze mit heissem Wasser übergiesen und ca. 20 min. quellen lassen.
300 g	Schweinsfilet	
200 g	Champignons	Schweinsfilet waschen, trockentupfen und in sehr feine Streifen schneiden. Champignons putzen und vierteln. Bambusschösslinge waschen und in feine Scheiben schneiden.
200 g	Frische Bambusschösslinge	
100 g	Sojabohnensprossen	Sojabohnensprossen in einem Sie abbrausen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden.
1 grosse	Zwiebel	
4 EL	Oel	Eingeweichte Pilze gut ausdrücken und etwas kleiner schneiden. Vom Pilzsud einige EL aufbewahren.
	Salz, Pfeffer und Sojasauce	
1 MSP	Zucker	Im Wok 2 EL Oel erhitzen und Fleischstreifen daren portionsweise scharf anbraten, herausnehmen, salzen und pfeffern.
1 TL	Maizena	
2 EL	Reiswein	Restliches Oel in den Wok geben und Zwiebelstreifen darin ca. 2 min. kräftig durchbraten. Eingeweichte Pilze, Champignons, Sojabohnensprossen und Bambusschösslinge einstreuen und mit einem Holzspatel kräftig hin- und herrühren. Mit Sojasauce, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
1 TL	Sesamöl	Maizena mit Reiswein glatt rühren und über den Wokinhalt giessen. Fleischstreifen unterheben, nochmals abschmecken und mit Sesamöl vollenden.