geht schnell und ist einfach



Schweinefleisch mit Frühlingszwiebeln

für 2 Personen

Zutaten

2 Schnitzel, 6 Frühlingszwiebeln, 0,5 Teelöffel Salz, 0,5 Teelöffel Zucker, 3 Messerspitzen schwarzer Pfeffer, 1 Esslöffel Erdnußöl, 1 Esslöffel trockener Sherry (oder Reiswein), 1 Esslöffel helle Sojasauce, 1 Esslöffel Sesamöl, 1 Teelöffel Stärkemehl (Mondamin)

Zubereitung

1. das Fleisch trockentupfen und in 4cm breite Stücke schneiden
2. die Stärke in den Sherry einrühren, dann Sojasauce und Sesamöl unterrühren
3. in diese Marinade das Fleisch geben und 15 Minuten einziehen lassen
4. Frühlingszwiebeln putzen und in 5cm lange Stücke schneiden
5. die weißen festen Enden der Zwiebeln einschneiden
6. das Erdnußöl in die Pfanne geben und sehr stark erhitzen
7. das Fleich zugeben und unter ständigem Wenden etwa 3 Minuten scharf anbraten
8. das Fleisch wieder herausnehmen und warm stellen
9. die Zwiebeln zusammen mit dem Salz, dem Zucker und dem Pfeffer in die Pfanne geben
10. etwa 3 Minuten anbraten, bis sie zusammenfallen
11. das Fleisch dazugeben und alles zusammen bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten braten
12. nach Geschmack noch mit Sojasauce verfeinern

Zeitbedarf

30 Minuten

dazu paßt

Reis, chinesische Nudeln oder gebratener Reis