



Grandioses Ingwer-Fleisch

Zutaten für 2 Portionen

- » 1 Rumpsteak 300 g, idealerweise 1,5 cm dick
- » 2 TL flüssiger Honig
- » 1 Stück frischer Ingwer 4 cm
- » Rotweinessig
- » 1 EL Miso Paste
- » 2 Pak Choi

Zubereitung

1. Vom Steak den Fettrand entfernen, in dünne Streifen schneiden und in eine kalte beschichtete Pfanne geben. Bei mittlerer bis starker Hitze knusprig werden lassen.

2. Währenddessen den Ingwer schälen, in streichholzdünne Stifte schneiden und ebenfalls zum Knusprigwerden in die Pfanne geben.

3. Das Steak von Sehnen befreien und in circa 3 cm große Stücke schneiden. Die Stücke mit der Miso-Paste mischen, bis sie vollständig davon überzogen sind.

4. Die knusprigen Fettstückchen und Ingwerstreifen aus der Pfanne heben und beiseite legen.

5. Die Fleischwürfel in die Pfanne geben und 4 Minuten braten, dabei immer wieder wenden.

6. Den Honig und ein Esslöffel Rotweinessig in die Pfanne träufeln. Das Fleisch noch 1 Minute durchschenken, bis es schön glänzt.

7. Inzwischen die Pak Choi -Köpfe halbieren und in einem Topf mit kochende Wasser geben, nur für 1 Minute, sie sollen schön knackig bleiben.

8. Anschließend in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen, dann auf die Teller verteilen.

9. Das Fleisch mit dem Bratensaft darauf einrichten, zum Schluss alles mit der knusprigen Fettstückchen und Ingwerstreifen bestreuen. chili-con-karte.de/rezept/ingwer-fleisch-grandioses/