

rbb

DER TAG

REZEPT-TIPP



GROßMUTZER ASIA-BEEF

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

300 g	Entrecôte
2 TL	Speisestärke
2 EL	Sonnenblumenöl
1 EL	Sesamöl
1 Bund	Frühlingszwiebeln

Sauce:

80 ml	Oyster Sauce
80 ml	Brühe
1 EL	Reisessig (oder Weißweinessig)
1	Knoblauchzehe
	daumengroßes Stück frischen Ingwer

Entrecôtes in dünne Streifen (ca. 5 mm) schneiden und gut mit der Stärke vermengen.
.....

In Sonnenblumen- und Sesamöl etwa 1 Minute von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen.
.....

Frühlingszwiebeln putzen und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Im Bratfett bei mittlerer Flamme andünsten. Frühlingszwiebeln kurz mitdünsten. Oyster Sauce, Brühe und Essig miteinander vermengen und in die Pfanne geben. Etwas einreduzieren lassen. Fleisch dazugeben, kurz aufwellen lassen.
.....

Mit Sesam bestreuen und mit Reis servieren.



Tipp!

Dazu passen
Brokkoli, Pak Choi,
Paprika und
Zwiebeln.

MO-FR 18-19:30 UHR LIVE

DER TAG
IN BERLIN & BRANDENBURG

rbb