

Rinderfilet in Sojasauce

Zutaten (für 4 Personen):

300 gr. Rinderfilet
1 Glas Mungbohnenkeime
1 Glas Bambussprossen
1 Tasse Reis
1 rote Pepperoni
3 Lauchzwiebeln
2 Esslöffel Sojasauce
Salz, Koriander, Paprika

Zubereitung:

Reis wie auf Verpackung beschrieben kochen.

Rinderfilet in dünne Streifen schneiden. Pepperoni in kleine und Lauchzwiebeln in mittelgroße Stücke schneiden. Rinderfilet salzen und in der Pfanne anbraten, Pepperoni und etwas der Lauchzwiebeln dazugeben. In einer anderen Pfanne das restliche Gemüse in etwas Öl erwärmen und mit den Gewürzen abschmecken. Die Sojasauce zum Fleisch dazugeben und mit etwas Wasser auffüllen, bis das Fleisch fast ganz bedeckt ist. Ca. 5 min. köcheln lassen. Kurz dem Auftischen die Sauce mit dunklem Soucenbinder andicken.

Zum Servieren von allem etwas in eine Schüssel geben, Stäbchen dazu legen und nun versuchen satt zu werden (als Option kann man ja eine Gabel griffbereit halten).