

Pikantes Entenfleisch

China-Abend am 02.11.2002 bei mir

ZUTATEN für 4 Personen

700 g Entenbrustfilet (ich habe Gans genommen, da ich keine Entenbrust bekommen habe)
5 g Mu-Err-Pilze, getrocknet (ich habe halb Mu-Err-Pilze und Tonku-Pilze genommen)
1 kleiner Chinakohl
1 rote Paprikaschote
200 g Möhren
1 frische rote Chilischote (ich habe Chili-Sauce genommen)
20 g frischer Ingwer
1/4 l Hühnerbrühe
6 EL Sojasauce
4 EL Reiswein oder trockener Sherry
3 TL Zucker
1 TL Salz
2 EL Speisestärke
1 TL Öl
100 g Alfalfa-Sproßen (habe ich weggelassen)

FOTO

noch nicht vorhanden

ZUBEREITUNG

1. Pilze mit kochendem Wasser überbrühen und ca. 20 min. quellen lassen.
2. Entenbrustfilet waschen und trockentupfen. Haut ablösen und in feine Würfel schneiden. Das Fleisch in schmale Streifen schneiden.
3. Chinakohl, Paprikaschote, Möhren und Chilischote putzen, waschen und in feine Streifen oder Scheiben schneiden. Pilze in Streifen schneiden.
4. Ingwer schälen und fein würfeln. Ingwer, Brühe, Sojasauce, Reiswein oder Sherry, Zucker und Salz verrühren. Stärke zugeben und unterrühren. Beiseite stellen.
5. Öl in einem Wok (oder einer großen Pfanne) erhitzen. Entenhautwürfel knusprig auslassen. Herausnehmen, Fett abgießen und auffangen. Jeweils etwas Entenfett in den Wok geben. Nacheinander darin Entenfleisch, abgetropfte Pilze, Gemüse und Chilischote jeweils ca. 1 min unter ständigem Rühren braten.
6. Zum Schluß alle Zutaten (außer Entenhautwürfel) im Wok mischen. Sauce durchrühren, darübergießen und aufkochen, ca. 1 min köcheln lassen. Mit Alfalfasproßen und knusprigen Entenhautwürfeln bestreuen.

P.S.: Die Mengenangaben sind "chinesische Größen". Ich habe für 10 Personen die 7 Gerichte, die hier zu lesen sind, gemacht. Dazu gab es 600 g Duft-Klebe-Reis.

Der Reis (2,5 Tassen) wird mit der doppelten Menge Wasser in einen Topf gegeben. Dann eine 1/2 Stunde quellen lassen. Anschließend mit geschlossenem Deckel aufkochen. Bei mittlerer Hitze ca. 15-20 Minuten weiter ziehen lassen. Dabei den Deckel nicht öffnen.