

ORF



Spicy Basilikum Beef

Zutaten:

Rindfleisch (z. B. Hüfte, Flanke): 300 g, in dünne Streifen geschnitten
Frischer Thai-Basilikum (九层塔): 1 große Handvoll (ca. 20–25 g)
Kirschtomaten: 8–10 Stück, halbiert
Frische rote Chili: 1–2 Stück, fein gehackt (je nach gewünschter Schärfe)
Knoblauch: 2 Zehen, fein gehackt
Sojasauce (hell): 1½ EL
Dunkle Sojasauce: ½ EL
Austernsauce: 1 EL
Zucker: ½ TL
Sesamöl: ½ TL
Speisestärke: 1 TL (zum Marinieren)
Öl oder Sonnenblumenöl: ca. 2–3 EL für den Wok
Weißer Pfeffer: eine Prise
Wasser oder Brühe: ca. 2–3 EL zum Ablöschen

Zubereitung

Marinieren: Das Rindfleisch mit 1 EL heller Sojasauce, etwas weißem Pfeffer und der Speisestärke vermengen. 10–15 Minuten ziehen lassen.

Anbraten: Im heißen Wok 2 EL Öl erhitzen, Rindfleisch scharf anbraten, bis es leicht gebräunt ist, dann herausnehmen und beiseitestellen.

Aromen anbraten: Etwas Öl nachgeben, Knoblauch und Chili darin kurz anbraten, bis es duftet. Dann die halbierten Tomaten hinzufügen und 1–2 Minuten mitbraten.

Sauce und Fleisch zurück: Rindfleisch wieder in den Wok geben. Mit dunkler Sojasauce, Austernsauce, restlicher heller Sojasauce, Zucker und etwas Wasser oder Brühe ablöschen. Kurz durchschwenken.

Basilikum dazu: Kurz vor dem Servieren den frischen Basilikum unterheben und 10–15 Sekunden mitbraten, bis er duftet, aber noch grün ist. **Abschmecken &**

Servieren: Mit einem Spritzer Sesamöl abrunden und sofort mit gedämpftem Nishiki Reis servieren.