

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: Unsplash (Beispielfoto)



Authentische Chinesische Beef Noodles

In der Little Noodle Hut im Alsergrund wird original chinesisch gekocht, von mild bis scharf gibt's hier selbstgemachte Nudeln mit Fleisch, Gemüse, Saucen und Gewürzen, die alle selbst zusammengemixt werden.

Zutaten für 4 Personen

- 800 g Rinder-Wadshinken oder Rinderbrust (gute Fleischstücke mit etwas Fett/Sehnen für Schmorgerichte)
- 400 g chinesische Weizennudeln (frisch oder getrocknet)
- 3 EL Pflanzenöl oder Rapsöl
- 4 Scheiben Ingwer
- 4 Knoblauchzehen (grob zerkleinert)
- 2 Frühlingszwiebeln (in große Stücke geschnitten)
- 2 EL Pixian Doubanjiang (scharfe fermentierte Bohnenpaste)
- 2 EL helle Sojasauce
- 3 EL dunkle Sojasauce (für die Farbe)
- 3 EL Shaoxing Reiswein
- 1 EL Rock Sugar (Kandiszucker) oder normaler brauner Zucker
- 1 Sternanis
- 1 Zimtstange
- 2-3 Lorbeerblätter
- 1 TL Sichuan-Pfefferkörner
- 1,5 Liter Rinderbrühe oder Wasser
- Pak Choi oder Chinakohl (zum Blanchieren)
- Frische Frühlingszwiebeln und Koriander (zum Garnieren)

Zubereitung:

Rindfleisch vorbereiten: Das Rindfleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden. In einem Topf mit kaltem Wasser aufkochen, ca. 3–5 Minuten kochen lassen (das zieht den Schaum und Unreinheiten heraus). Das Fleisch herausnehmen und unter fließendem Wasser abspülen.

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Aromaten anbraten: Das Öl in einem großen Schmortopf oder Wok erhitzen. Ingwer, Knoblauch, Frühlingszwiebeln, Sternanis, Zimtstange, Lorbeerblätter und Sichuan-Pfeffer kurz anrösten, bis es duftet.

Doubanjiang & Fleisch: Die scharfe Bohnenpaste (Doubanjiang) dazugeben und 1 Minute mitrösten, bis das Öl rot wird. Dann das Rindfleisch hinzufügen und rundherum anbraten.

Würzen & Ablöschen: Helle Sojasauce, dunkle Sojasauce, Reiswein und den Kandiszucker dazugeben. Alles gut verrühren.

Schmoren: Die Rinderbrühe (oder Wasser) dazugießen, sodass das Fleisch vollständig bedeckt ist. Aufkochen lassen, dann die Hitze auf niedrigste Stufe reduzieren, den Deckel auflegen und das Fleisch für ca. 1,5 bis 2 Stunden sanft schmoren lassen, bis es butterweich ist.

Nudeln & Gemüse: Kurz vor Ende der Schmorzeit die Nudeln in einem separaten Topf nach Packungsanweisung kochen und abgießen. Den Pak Choi kurz in kochendem Wasser blanchieren.

Anrichten: Die Nudeln auf Schalen verteilen. Die heiße, kräftige Rindfleischbrühe und die zarten Fleischstücke darübergeben. Mit blanchiertem Pak Choi, frisch gehackten Frühlingszwiebeln und Koriander garnieren. Nach Belieben mit etwas Chiliöl verfeinern und sofort heiß servieren. Guten Appetit!