

Schweinefleisch süß-sauer

Für 4 Portionen:

5 El Sojasauce	4 El Reisessig	500 g Geschnetzeltes
200 g rote Paprika	2 Zwiebeln	1 Karotte
1 Chilischote	1 kleine Dose Ananas	3 El Sesamöl
200 ml Gemüsebrühe	4 El Ketchup	2 El Honig
1 Tl Speisestärke		

Sojasauce und Essig in einer Schüssel miteinander verrühren. In der Hälfte der Mischung das Geschnetzelte 20 Minuten lang marinieren.

Die Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Karotte säubern und in feine Streifen schneiden. Chili waschen, halbieren, Kerne entfernen und klein hacken. Ananas durch ein Sieb abschütten, 100 ml Saft auffangen und aufbewahren.

Öl im Wok oder in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen und das Fleisch darin scharf anbraten, dann das Fleisch beiseite stellen. Gemüse und Ananas im restlichen Öl andünsten, Gemüsebrühe, Ketchup, Honig und Ananassaft hinzufügen und 2 Minuten köcheln lassen.

Fleisch wieder hinzufügen, Sauce bei Bedarf mit etwas in wenig Wasser angerührter Speisestärke binden. Dazu passen Reis oder chinesische Nudeln.

Dem Lieblingsmenschen das Lieblingsgericht aus der chinesischen Küche zum Valentinstag kochen ein wahrer Liebesbeweis.

Cristoph Rüffer am 15. Oktober 2025