Rindfleisch mit grünen Bohnen
Pad Phet Tua Fak Jao

Herkunft: Thailand
Kategorie: Hauptspeisen, Rindfleischgerichte

Zutaten für 4 Portionen

400 g Rinderhüfte
2 EL Sojasauce hell
½ TL Pfeffer schwarz
1 EL Garnelenpaste
300 g Schlangenbohnen
5 Blätter Kaffirlimette
5 EL Öl
2 EL Rote Currypaste
2 EL Fischsauce
3 EL Zucker

Rindfleisch mit grünen Bohnen

Vorbereitung

Das Rindfleisch kalt abwaschen und trocken tupfen
und dann von den Sehnen befreien, quer zur Faser in etwa 4 cm lange und 1 cm breite Streifen schneiden. Mit Sojasauce und Pfeffer vermischen und etwa 15 Minuten zugedeckt im Kühlschrank marinieren lassen. In der Zwischenzeit die Shrimps im Mörser oder Mixer fein zerkleinern und beiseite stellen. Einen großen Topf mit 1 l Wasser zum Kochen bringen, währenddessen die Bohnen putzen, in etwa 4 cm lange Stücke schneiden und waschen. Die Zitronenblätter waschen, längs aufrollen und in hauchdünne Streifen schneiden.

Zubereitung

Die Bohnen in sprudelnd kochendem Wasser etwa 1 Minute blanchieren, dann in ein Sieb gießen und kalt abspülen. Das Öl in einer Pfanne oder im Wok stark erhitzen, Rindfleischstreifen etwa 2 Minuten scharf anbraten, dann die Hitze reduzieren. Rote Currypaste, Shrimps, Bohnen, Fischsauce und Zucker hinzufügen und alles bei mittlerer Hitze in etwa 4 Minuten durch pfannenrühren. Das Gericht auf einer vorgewärmten Platte anrichten, Zitronenblätterstreifen darüber streuen.

© 2024 coquina.de