Schweinefleisch mit Zwiebel
Yángcōng zhūròu

Schweinefleisch mit Zwiebeln (Yángcōng zhūròu) ist ein beliebtes chinesisches Gericht, das für seinen herzhaften und leicht süßlichen Geschmack bekannt ist. Das Schweinefleisch wird oft zart und saftig zubereitet, während die Zwiebeln eine angenehme Süße und leichte Schärfe hinzufügen. Die Kombination aus Sojasauce, manchmal auch mit etwas Zucker oder Reiswein, verleiht dem Gericht eine umami-reiche Tiefe.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500 g Schweinefleisch
300 g Zwiebel(n)
½ Paprika grün
2 Ei(er)
6 EL Sojasauce hell
1 EL Sojasauce dunkel
2 TL Zucker
6 EL Kartoffelmehl
400 ml Fleischbrühe
½ TL Glutamat
3 EL Reiswein
1 ½ TL Salz
3 EL Öl

Vorbereitung

Die Zwiebeln schälen, waschen, halbieren, in etwa 0,4 cm breite Streifen schneiden. Die Paprika entkernen, waschen und in 0,3 cm breite Streifen schneiden. Das Schweinefleisch waschen, zuerst in 0,4 cm dicke Scheiben und dann in etwa 5cm lange und 0,4 cm breite Streifen schneiden. Die Schweinefleischstreifen mit der Hälfte Salz würzen, und so lange glatt rühren, bis das Schweinefleisch klebrig geworden ist. 1/3 des Reisweins und 30 ml Wasser zugeben und weiter glatt rühren, so lange, bis Reiswein, Wasser und das Fleisch eine glatte Masse bilden. Dann die Eier zugeben und glatt rühren. Zum Schluss 5 EL Kartoffelmehl zugeben und wieder alles glatt rühren. 1 EL Kartoffelmehl in 3 EL Wasser anrühren und beiseite stellen.

Zubereitung

Eine heiße Pfanne zweimal mit Öl ausschwenken. Etwa 0,5 l Öl in einen Topf geben und erhitzen lassen, bis etwa 90 Grad. Kurz vor Frittieren die Schweinefleischstreifen mit 20 ml kaltem Öl glatt rühren, damit sie beim Frittieren leicht auseinander gehalten werden können. Die Schweinefleischstreifen nur so lange Frittieren, bis sie auseinander sind. Dann die Paprikastreifen zugeben und mit dem Schweinefleisch eine halbe Minute lang zusammen frittieren. Alles in einen Sieb mit einem Behälter darunter geben und abtropfen lassen. Die Pfanne erhitzen, 30 ml Öl

© 2026 coquina.de

zugeben und heiß werden lassen. Dann die Zwiebelstreifen braten. Sobald die Zwiebeln beginnen, weich zu werden (die Zwiebel nicht länger braten lassen!), den Zucker, das restliche Salz, Sojasauce, Reiswein, Glutamat und 400 ml Brühe (oder Wasser) zugeben und zum Aufkochen bringen. Das in kaltem Wasser angerührte Kartoffelmehl zugeben und glatt rühren. Anschließend die Schweinefleisch- und Paprikastreifen zugeben und pfannenrühren. Sobald die Schweinefleischstreifen mit Soße überzogen sind, alles auf einer vorgewärmten Platte servieren.

© 2026 coquina.de