

Mu Gauli

(gebratenes Schweinefleisch auf Kraut)



Portion für ca. 3 Personen

400g Schweinerücken

4 EL Austernsauce

1 EL Sesam (hell)

1 EL Sesam (dunkel)

4 EL Maggi

1 TL Salz

1 EL Zucker

1 TL Pfeffer

2 EL Öl

1 EL Knorr Hühnerbrühe

200ml Wasser

200g Weißkohl

1 Karotte

1 Tomate

1 Lauchzwiebel

Zum Andicken 4 EL Mondamin aufgelöst in wenig Wasser

Beilage: Reis

Das Schweinefleisch in dünne Scheiben schneiden. Dann die Austernsoße, Sesam, Maggi, Salz, Zucker, Pfeffer und Öl mit dem Schweinefleisch vermischen und das ganze ca. 15 Min. stehen lassen.

Das Öl in der Pfanne erhitzen und das gewürzte Schweinefleisch gut durchbraten.

Dann das Wasser mit der aufgelösten Hühnerbrühe hinzugeben.

Nun mit dem in Wasser aufgelösten Mondamin die Sauce etwas andicken.

Den Kohl und die Karotten in sehr dünne Streifen schneiden und auf den Teller legen.

Darauf den Reis, das fertig gebratene Schweinefleisch legen, und mit der geschnittenen Lauchzwiebel und einer Tomate garnieren.

Wünsche einen guten Appetit ;-)