

Rezept

## Rindfleisch-Wok mit Paprika

Ein Rezept von Rindfleisch-Wok mit Paprika, am 09.06.2023

### Zutaten

<b>100 g</b> grüne TK-Bohnen	Salz
je 1 rote und gelbe Paprikaschote	<b>1</b> rote Zwiebel
<b>1</b> Knoblauchzehe	<b>200 g</b> Rinderhüftsteak
<b>2 EL</b> Öl	Pfeffer
<b>75 ml</b> Fleischbrühe	<b>1 EL</b> Austern- oder scharfe Chilisauce
<b>2 EL</b> Sojasauce	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

### Zubereitung

1. Bohnen in kochendem Salzwasser 5 Min. garen, abtropfen lassen. Paprika waschen, entkernen und ebenso wie die geschälte Zwiebel in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Fleisch, in dünne Streifen schneiden.
2. Das Öl im Wok stark erhitzen. Fleisch 1-2 Min. scharf anbraten. Herausnehmen, salzen und pfeffern. Vorbereitetes Gemüse 2 Min. unter Rühren braten. Brühe, Austern- oder Chilisauce und Sojasauce verquirlen, dazugießen. Das Ganze 3-4 Min. bei milder Hitze garen. Fleisch unterheben, kurz erwärmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.