

Rezept

Schweinefleisch in scharfer Karamellsauce

Ein Rezept von Schweinefleisch in scharfer Karamellsauce, am 15.12.2025

Zutaten

700 g	Schweinefleisch zum Schmoren (z.B. nicht zu fetter Bauch, Schulter oder Hals, am besten beim Metzger fragen)	1 Glas	Asia-Fond (400 ml, als Ersatz Geflügel-Fond nehmen)
			4-6 Chilischoten (am besten rot und grün gemischt)
1 Stück	Ingwer (1-2 cm)	3 EL	Palmzucker (als Ersatz geht auch brauner Zucker)
4 EL	Öl	4 EL	Fischsauce
4 EL	Limettensaft		

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Das Schweinefleisch in einen Topf legen, Asia-Fond und 1/2 l Wasser aufgießen und zum Kochen bringen. Deckel drauf und das Fleisch bei schwacher Hitze 1 1/2-2 Stunden garen. Die Flüssigkeit soll dabei nicht richtig kochen, sondern so aussehen, als wenn sie kurz davor wäre. Für den Gartest mit einem Messer oder einer Rouladennadel in das Fleisch stechen. Wenn es weich ist, in dem Sud abkühlen lassen. Wenn nicht, noch ein bisschen länger garen.
2. Dann das Fleisch aus dem Sud heben und erst in möglichst dünne Scheiben, dann in Streifen schneiden. Chilischoten waschen und die Stiele abschneiden. Die Schoten der Länge nach in Streifen schneiden. Ingwer schälen und erst in hauchfeine Scheiben, dann auch in Streifen schneiden.
3. Den Palmzucker mit 100 ml Garsud vom Fleisch in einen Topf schütten und erhitzen. Kochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Chilis und den Ingwer dazugeben und noch kurz weiterkochen.
4. Öl im Wok oder in einer Pfanne erhitzen. Fleischstreifen darin portionsweise (etwa vier Portionen) schön braun braten und immer wieder rausholen. Wenn alle Fleischstreifen gebraten sind, wieder in den Wok geben und die Sauce dazuschütten. Mit der Fischsauce und dem Limettensaft abschmecken, einmal aufkochen. Fertig.