

Rezept

# Schweinefleisch süß-sauer thailändische Art

Ein Rezept von Schweinefleisch süß-sauer thailändische Art, am 28.06.2026

## Zutaten

<b>400 g</b> Schweineschnitzfleisch	<b>1 EL</b> Tapiokamehl
<b>250 g</b> frische Ananas	<b>1</b> große Zwiebel
<b>1 Bund</b> Thai-Frühlingszwiebeln	<b>6</b> Kirschtomaten
<b>4 EL</b> Öl	<b>2 EL</b> Zucker
<b>2 EL</b> Ketchup	<b>2 EL</b> Sojasauce
1-2 EL Reisessig (oder Weißweinessig)	Salz
weißer Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2-4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 305 kcal

## Zubereitung

1. Das Fleisch in schmale Streifen schneiden und mit dem Mehl vermischen. Die Ananas schälen und den Strunk entfernen, das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Zwiebel schälen und in Stücke schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und in 3 cm lange Stücke schneiden. Tomaten waschen und halbieren.
2. 3 EL Öl im Wok (oder in einer Pfanne) erhitzen. Das Fleisch darin in ca. 3 Min. goldbraun braten, auf einen Teller legen. Restliches Öl in den Wok geben. Zwiebel, weiße Frühlingszwiebelstücke und Zucker hinzufügen und 2 Min. unter Rühren braten. Ketchup, Ananas, Tomaten und 4 EL Wasser untermischen, 2 Min. schmoren lassen.
3. Das Fleisch samt Saft, der sich abgesetzt hat, wieder hinzufügen und alles mit Sojasauce, Essig, Salz und Pfeffer süß-sauerlich abschmecken. Frühlingszwiebelgrün untermischen und servieren.