

Rezept

Süßsaures Schweinefleisch mit Ingwer

Ein Rezept von Süßsaures Schweinefleisch mit Ingwer, am 14.12.2025

Zutaten

600 g	mageres Schweineschnitzel	1 Stange	Lauch
½ Salatgurke		1 Stück	frische Ingwerwurzel (daumengroß)
3-4 Knoblauchzehen		2 EL	Zucker
4 EL	Reisessig oder Weißweinessig		3-4 EL Sojasauce
4 EL	Reiswein (oder trockener Sherry)	2 TL	Speisestärke
1 EL	Tomatenmark		eventuell Cayennepfeffer
6 EL	Öl		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Schweineschnitzel längs halbieren, dann quer in kleine Stückchen schneiden.
2. Die Lauchstange putzen: Welke Teile und Wurzelbüschel abschneiden, die Stange längs aufschlitzen und unter fließendem Wasser innen und außen waschen. In sehr feine Scheiben schneiden. Gurkenstück schälen, längs halbieren und die Kerne rauskratzen, Gurke auch in Scheiben schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen, hacken.
3. Die Sauce jetzt schon anrühren und bereitstellen: Zucker, Essig, Sojasauce, Reiswein, Stärke, Tomatenmark gut verquirlen, eventuell mit 1 kräftigen Prise Cayennepfeffer würzen.
4. Wok auf den Herd, Öl rein und gut heiß werden lassen. Zuerst die Fleischstreifen unter Rühren 1 Minute braten. An den Pfannenrand schieben, dann Lauch, Ingwer und Knoblauch hinein und unter Rühren 1 Minute braten. Fleisch und Gurkenscheiben untermischen, die Sauce angießen und einmal aufkochen lassen. 1 Minute leicht köcheln und rühren, bis die Sauce dicklich wird.